

фито-
терапия
в вашем доме
лечение
лекарственными
растениями

Хар
Научн

Харьковское научно-медицинское общество
Научно-производственное объединение "Альфа"

ФИТОТЕРАПИЯ В ВАШЕМ ДОМЕ

Лечение лекарственными растениями

Харьков

ХНМО
1990

Фитотерапия в Вашем доме.
Лечение лекарственными растениями.
Сост.: В.Н.Ковалев, А.Г.Сербин.
Харьков, ХНМО, 1990.- С.

В книге систематизированы сведения о применении лекарственных растений в научной и народной медицине. Рекомендованы более 400 рецептов лекарственных сборов, настоев и отваров, приготовляемых в домашних условиях, а также способы сбора, сушки и хранения лекарственного сырья. Приводятся сведения о противопоказаниях к применению некоторых лекарственных растений.

Предназначено для широкого круга читателей, интересующихся вопросами фитотерапии.

Библиогр.: 15 назв.

Предисловие

Лекарственные растения и препараты из них широко используются научной и народной медициной. Для лечения ряда заболеваний, например сердечно-сосудистых, желудочно-кишечных и др. растительные средства являются незаменимыми. Минздравом СССР разрешено к использованию большое количество видов лекарственного растительного сырья. Лечебные свойства ряда лекарственных растений исследованы с достаточной полнотой; многие биологически активные вещества растений изучены недостаточно. В связи с этим существует определенная опасность самолечения травами, что в ряде случаев приводит к осложнениям при заболевании. При использовании лекарственных растений следует учитывать рекомендации врача.

Применение природных ресурсов лекарственных растений должно сочетаться с мерами по охране и восстановлению их после заготовок. Бережное отношение к лекарственным растениям при их заготовке позволит надолго сохранить этот важный дар природы для поддержания нашего здоровья.

I. КАЛЕНДАРЬ СБОРА И СРОКИ ХРАНЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Образование биологически активных веществ и их накопление в лекарственных растениях происходит в определенные периоды их развития. Поэтому заготавливать лекарственное сырье целесообразно в строго определенное время.

Не менее важно соблюдать правила и сроки хранения заготовленных лекарственных растений, так как полезные свойства лекарственных трав теряются со временем.

В таблице 1 приведен календарь сбора и сроки хранения лекарственных растений.

Таблица 1

Календарь сбора и сроки хранения лекарственных растений

Наименование растений	Вид сырья	Календарь сбора, мес.	Максимальный срок хранения, год
1	2	3	4
Аир болотный	корневища	VI-X	3
Алтей лекарственный	корни	IV, V, IX, X	3
Багульник болотный	трава	VI, VII, VIII	2
Барбарис обыкновенный	цветы	V, VI	3
	плоды	IX, X	3
Береза повислая и белая	почки	I, II, III	2
Боярышник	цветы	V	3
	плоды	IX, X	8

Продолжение табл. 1

1	2	3	4
Брусника обыкновенная	листья	III, IV, V, VI, VII, IX, X	3
Бузина черная	цветы плоды	VI, VII VIII, IX	3 3
Валериана лекарственная	корни	IV, IX, X	3
Василек синий	цветы	VI, VII	2
Вахта трилистная	листья	V, VI, VII	2
Горец почечуйный	трава	VI, VII, VIII	2
Горицвет весенний	трава	IV, V	2
Донник лекарственный	трава	VI, VII, VIII	2
Девясил высокий	корневища	IX, X	3
Дуб обыкновенный	кора	IV, V	4
Душица обыкновенная	трава	VII, VIII	3
Жостер слабительный	плоды	VIII, IX	3
Зверобой продырявленный	трава	VII, VIII	3
Земляника лесная	листья	V, VI, VII	2
Календула лекарственная	соцветия	VI	2

1	2	3	4
Калина обыкновенная	кора	IV, V	4
Крапива двудомная	листья	VI, VII	2
Клевер луговой	цветы	VI, VII	2
Кровохлебка лекарственная	корни	IX	5
Липа сердцелистная	соцветия	VI, VII	2
Любка двулистная	клубни	IX, X	6
Малина обыкновенная	плоды	VIII, IX	2
Мать-и-мачеха	листья	V, VI	3
Мелисса лекарственная	трава	VI, VII, VIII	3
Можжевельник обыкновенный	ягоды	IX, X	3
Мята перечная	листья	VI, VII, VIII	3
Облепиха крушиновая	плоды	IX, X	2
Ольха клейкая и серая	шишки	I, II, IV, IX, X, XI, XII	4
Одуванчик лекарственный	корни	IX, X	5
Пастушья сумка	трава	V, VI, VII, VIII, IX	3

1	2	3	4
Пижма обыкновенная	соцветия	VIII, IX	3
Петрушка огородная	листья	VI, VII	2
	корни	VIII	3
Подорожник большой	листья	V, VI, VII, VIII	3
Полынь обыкновенная	трава	VI, VII, VIII, IX	3
Пустырник пятилопастный	трава	VI, VII	2
Ревень тангутский	корневище	VIII, IX	3
Ромашка лекарственная	соцветия	V, VI, VII, VIII	2
Рябина обыкновенная	плоды	VIII, IX	2
Рябина черноплодная	плоды	VIII, IX	2
Сельдерей пахучий	трава	V, VI, VII	2
	корни	VI, VII, VIII	3
Смородина черная	листья	VI, VII	2
	плоды	VII, VIII	2
Спорыш	трава	V, VI, VII, VIII	2
Сушеница болотная	трава	VI, VII, VIII	2
Тимьян ползучий или чабрец ползучий	трава	VI, VII	3
Толокнянка обыкновенная	листья	IV, V, VI, VII	5

1	2	3	4
Тмин обыкновенный	плоды	VI, VII	3
Тысячелистник обыкновенный	трава	VI, VII, VIII, IX	2
Укроп огородный	трава	V, VI, VII	2
Фиалка трехцветная	трава	V, VI	2
Цмин песчаный или бессмертник песчаный	соцветия	VI, VII	3
Хвощ полевой	трава	VI, VII, VIII	2
Хрен обыкновенный	корни	VII, VIII	3
Череда трехраздельная	трава	VI, VII, VIII	2
Черника обыкновенная	листья плоды	V, VI, VII VIII	3 3
Черемуха обыкновенная	плоды	VIII	5
Чистотел большой	трава	V, VI, VII	2
Шалфей лекарственный	листья	VI, VII	2
Шиповник коричный	плоды	IX, X	2

Примечание: календарные сроки сбора лекарственных растений приведены по Украине.

II. ЗАГОТОВКА И СУШКА ЛЕКАРСТВЕННОГО СЫРЬЯ

Лекарственные растения, подготовленные к применению, можно приобретать, как известно, в гомеопатических аптеках. Но можно заготавливать их и самим. Флора Украины представлена практически всеми растениями, приведенными в брошюре.

Заготавливая лекарственное сырье, вы получаете двойную пользу: во-первых, свежее сырье, во-вторых, физическое и эстетическое удовольствие от общения с природой.

К основным правилам з а г о т о в к и лекарственного сырья можно отнести следующие:

1.Сбор сырья.

1.1. Почки. Начало сбора - ранней весной, когда почки только начинают набухать, окончание - когда начинают зеленеть верхушки почек.

1.2. Кора. Начало сбора - начало весеннего движения соков, когда кора легко отделяется от древесины. Чтобы снять кору на молодых или отрезанных ветвях, ножом делают кольцевые надрезы на расстоянии 30-50 см один от другого, соединяют их одним или двумя продольными надрезами и затем снимают кору в виде желобков или трубочек.

1.3. Листья. Начало сбора - когда листья достигают нормальных размеров, конец - начало отмирания листьев. Лучший сбор - в начале цветения.

1.4. Трава. Сбор производят обычно в начале цветения или при полном цветении.

1.5. Цветки и соцветия. Сбор - в фазе цветения, лучше в начале ее.

1.6. Плоды. Заготавливают при полном созревании. Сочные плоды (ягоды) - немного раньше.

1.7. Корни, клубни. Сбор обычно - в период отмирания надземных частей.

ВНИМАНИЕ! Все надземные части растений собирать только в сухую погоду!

2. Правила первичной обработки сырья.

Собранное сырье нельзя оставлять в таре более трех-четырех часов. Его расстилают на брезенте, чистом полу, бумаге, просматривают, отбирают другие растения, комки земли, отмершие или поврежденные части.

3. Сушка растений.

Сушку корней, травы или листьев можно производить под открытым небом, в тени под навесом, в закрытых помещениях (балконах, чердаках), сушильнях. Не рекомендуется сушка под прямыми солнечными лучами.

Сушка в закрытых помещениях требует хорошей вентиляции. Нельзя сушить лекарственные растения в помещениях, где хранятся остропахнущие материалы, ядохимикаты и т. п. При сушке растения теряют в весе за счет испарения влаги приблизительно столько: трава - 70, листья - 80, цветы - 75, корни - 65, кора - 45%.

4. Упаковка высушенных растений производится в сухую, чистую тару. Небольшие количества хорошо сохраняются в стеклянных банках с полиэтиленовыми или стеклянными крышками. Не следует хранить растения в сырых помещениях в незакрытом виде.

III. СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ОТВАРОВ И НАСТОЕВ

Народная медицина применяет лекарственные растения в виде отваров, настоев, и травяных чаев.

Отвары готовят из растений, в которых действующие вещества не разрушаются при кипячении. К таким растениям относятся, например, смеси, в состав которых входит толокнянка.

Настои приготовляют в остальных случаях. Ягоды шиповника, корни окопника и др. растения при настоях сохраняют целебные свойства, а при отварах разрушаются.

Наиболее часто используют следующую дозировку для приема внутрь: четыре столовых ложки "с верхом" мелко изрезанного растения или смеси на литр воды или столовую ложку на стакан воды.

Отвары приготавливают так: 4 столовые ложки смеси заливают литром сырой воды, размешивают, закрывают крышкой и оставляют на ночь при комнатной температуре. Утром смесь кипятят 5-7 мин. После кипячения под крышкой снимают с огня, накрывают на 1/2 часа, процеживают и пьют. Один стакан, как правило, выпивают горячим натощак.

Настои приготавливают почти так же. Разница лишь в том, что смесь или растение заливают кипятком и на ночь напаривают (в остывающей духовке или укутывают одеялом). Настои более удобно готовить в термосе.

Травяные чаи приготавливают как настои, только настаивают сырье в течение 20-30 мин., затем пьют.

При изготовлении настоев и отваров важное значение имеет степень измельченности сырья. При получении водных вытяжек из листьев, травы, цветков их измельчают до 5 мм (кожистые листья-не более 1 мм); стебли, коры, корневища, корни-до 3 мм; плоды и семена - до 0,5 мм.

IV. РАСТЕНИЯ, НАИБОЛЕЕ ЧАСТО УПОТРЕБЛЯЕМЫЕ В ЛЕКАРСТВЕННЫХ СБОРАХ

В таблице 2 приведены лекарственные растения, которые по совету врача нужно применять для составления сборов при лечении ряда указанных заболеваний. Конкретные рецепты вы найдете на последующих страницах.

Знаки + указывают, что растение входит в состав сборов, применяемых внутрь, а X - наружно.

V. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ НЕКОТОРЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Некоторые лекарственные растения содержат ядовитые и сильнодействующие вещества. Поэтому при назначении и применении их необходимо соблюдать точную дозировку и лечение проводить только под наблюдением врача.

К числу ядовитых и сильнодействующих растений относятся: абрикос обыкновенный (косточки), адонис весенний, багульник болотный, барвинок малый, белена черная, белладонна (при сборе растений нельзя прикасаться руками к глазам и губам), бузина травянистая, вишня обыкновенная (косточки), гармала обыкновенная, грыжник голый, донник лекарственный, дымянка аптечная, копытень европейский, купена лекарственная, ландыш майский, лютик едкий, лютик ползучий, льнянка обыкновенная, миндаль обыкновенный (косточки), мордовник круглоголовый, мыльнянка лекарственная, наперстенка крупноцветковая, окопник лекарственный, олеандр обыкновенный, очиток едкий, папоротник мужской, паслен дольчатый (кроме спелых плодов), плющ, росянка круглолистая, рута душистая, терн (косточки), фиалка душистая, черемша белая, чистотел большой, кубышка желтая, кувшинка белая, купальница европейская и др.

Противопоказано применение растений при следующих заболеваниях:

аллоэ – (сабур) – при болезнях печени, желчного пузыря, геморрое, воспалении почек и мочевого пузыря, при беременности, при болезнях сердечно-сосудистой системы; **барбарис обыкновенный** – при климактерических кровотечениях и при задержке отделения детского места; **виноград культурный** – при сахарном диабете, тучности, следует соблюдать осторожность при сердечной недостаточности с отеками и гипертонией; **горец птичий** (спорыш) – при острых воспалениях почек и мочевого пузыря; **дуб обыкновенный** – отвар,

настой коры в больших дозах вызывает рвоту, детям внутрь не назначать; **душица обыкновенная** – не рекомендуется беременным; **женшень** – не допускать передозировки препарата; **земляника лесная**–противопоказана при гиперацидных гастритах и язвенной болезни; **зимовник** – при ишемической болезни сердца; **калина обыкновенная** – длительное применение не рекомендуется; **крушина ломкая**–противопоказана во второй половине беременности; **ламинария сахаристая** – противопоказана при нефрите, наклонности к кровоточивости, при туберкулезе легких, крапивнице, при беременности; **левзея сафлоровидная** – при гипертонической болезни; **лимонник китайский** – при сильном нервном возбуждении, бессоннице, повышенном кровяном давлении, нарушениях сердечной деятельности; **любисток аптечный** – при заболеваниях почек; **можжевельник обыкновенный** – при воспалении почек; **омела белая** – не рекомендуется длительное применение; **пижма обыкновенная** – противопоказана при беременности; **полынь обыкновенная** – в больших дозах ядовита; **редька черная** – противопоказана при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, заболеваниях кишечника, болезни печени, поджелудочной железы, почек; **спаржа лекарственная** – корневище и молодыепобеги не рекомендуется применять при воспалении мочевыводящих путей; **тополь черный** – препараты противопоказаны при острых воспалениях печени и почек; **туя** – при беременности; **тыква обыкновенная** – при употреблении большого количества жареных семян тыквы может появиться тошнота и сильная рвота; **хрен обыкновенный** – противопоказан при острых и хронических гастритах, воспалении почек, в больших дозах хрен может вызвать гастроэнтерит; **хурма** – не рекомендуется больным диабетом; **шалфей лекарственный** – противопоказан при острых воспалениях почек; **элеутерококк** – при инфаркте миокарда, гипертонических кризах.

VI. РЕЦЕПТЫ ОТВАРОВ, НАСТОЕВ, ЧАЕВ ИЗ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

В рецептах количество сырья приводится в граммах (100,0; 20,0; 50,0 - т.е. число с запятой) или частях (2ч., 4ч. ...- т.е. число с буквой "ч").

А Б С Ц Е С С Ы

001 Листья мяты перечной - 1ч.; листья подорожника большого - 1ч.; листья мать - и - мачехи - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 15-20 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при **фурункулезе.**

002 Корни солодки голой - 1ч.;кора крушины ломкой- 2ч.; листья березы бородавчатой - 2ч.; плоды фенхеля обыкновенного - 2ч.; цветки бузины черной - 2ч.; трава фиалки трехцветной - 2ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить на водяной бане 15 мин. Охладить и процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при **фурункулезе.**

003 Цветки ромашки аптечной - 100,0.
Две столовые ложки цветков залить двумя стаканами кипятка, настоять 25-30 мин, процедить. Теплый отвар использовать для компрессов и ванн при **фурункулезе, панариции, абсцессах.**

004 Корневище аира болотного - 50,0; кора дуба черешчатого - 50,0.
Одну-две столовых ложки смеси прокипятить 20-25 мин в 0,5 л. воды, настоять 15 мин, процедить. Использовать в теплом виде для примочек и компрессов при фурункулезе, панариции.

005 Трава вероники лекарственной - 10,0; трава хвоща полевого - 10,0; цветки календулы лекарственной - 10,0; трава крапивы двудомной - 10,0; трава череды трехраздельной - 15,0; цветки василька синего - 15,0; трава фиалки трехцветной - 20,0.
Четыре столовых ложки настоять 10-20 часов а 1 л холодной воды, прокипятить 5-7 мин, процедить. Выпить в течение дня за пять приемов при фурункулезе.

006 Трава фиалки трехцветной - 25,0; трава череды трехраздельной - 25,0; трава яснотки белой - 25,0;листья земляники лесной - 25.0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 20 мин, процедить. Принимать по стакану три-четыре раза в день при фурункулезе, высыпаниях на коже, диатезе.

007 Трава фиалки трехцветной - 30,0; цветки бузины черной - 30,0; плоды фенхеля обыкновенного - 30,0; листья березы бородавчатой-30,0; кора крушины ломкой - 30,0; корни солодки голой - 15,0; плоды шиповника коричного - 15,0.
Столовую ложку сбора залить стаканом воды, прокипятить 15 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при фурункулезе.

008 Соцветия клевера лугового - 50,0.
Две столовые ложки заварить в стакане ки-

пятка, настоять до охлаждения и делать примочки при **нарывах и ожогах.**

009 Цветки арники горной - 100,0.
10 г цветков залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения. Применять наружно в виде примочек, промываний для лечения **фурункулов, трофических язв, гематом, ожогов, отморожений.**

АЛЛЕРГИЯ

010 Трава череды трехраздельной - 100,0.
20 г сырья залить стаканом воды, довести до кипения, процедить. принимать по стакану три раза в день.

011 Цветки календулы лекарственной - 100,0.
10 г сырья залить 1/2 стакана кипятка, запарить на один-два часа. Принимать по столовой ложке два-три раза в день.

012 Цветки ромашки аптечной - 100,0.
Столовую ложку цветков залить стаканом кипятка, запарить на 20-30 мин. Принимать по столовой ложке два-четыре раза в день.

013 Береза белая. Почки и листья.
3-4 г сухих почек или 6-8 г сухих молодых листьев залить 1/2 л кипятка, прокипятить 15-20 мин, настоять один-два часа. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

014 Трава мяты перечной - 100,0.
10 г сырья залить 1/2 стакана кипятка, запарить на 20-30 мин. Принимать по столовой ложке три раза в день.

015 Трава багульника болотного - 100,0.
Чайную ложку сырья залить двумя стаканами кипятка, настоять 30 мин. Принимать по столовой ложке три раза в день.

016 Трава полыни горькой -100,0.
Чайную ложку сырья залить 1/2 стакана кипятка, настоять два-три часа. Принимать по 1/4 стакана три раза в день за 30 мин. до еды.
Настойка (аптечный препарат) - по 10 капель три раза в день до еды.

017 Трава хвоща полевого - 100,0.
20 г сырья залить стаканом кипятка, настоять 20 мин, принимать по 1/2 - 3/4 стакана три раза в день после еды.

018 Листья смородины черной - 100,0.
3-5 г сухих листьев (или 10-15 г свежих) залить стаканом кипятка, запарить на 15-30 мин. Пить как чай два-три раза в день. Плоды свежие и сухие в любом виде.

019 Клюква. Плоды в любом виде.

020 Трава эфедры двуколосковой - 100,0.
15-22 г сырья залить двумя-тремя стаканами кипятка. Варить до половины объема, процедить, принимать по столовой ложке два-три раза в день при **аллергодерматозах**. Наружно отвар травы (столовую ложку сырья прокипятить 5 мин в 400 мл воды) используют для смачивания участков кожи, пораженных **чешущимися дерматозами**.

021 Соцветия клевера лугового.
Свежим соком лечат **аллергические поражения глаз**.

022 Плоды укропа душистого - 100,0.
Чайную ложку измельченного сырья залить 300 мл кипятка, настоять в течение часа. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при аллергическом дерматите. Можно использовать порошок плодов по 1 г три раза в день, запивать водой.

023 Листья крапивы жгучей - 100,0.
Две столовые ложки сырья залить двумя стаканами кипятка, настоять в течение двух часов. Принимать по 1/2 стакана четыре раза в день до еды при аллергии.

АНГИНА

024 Лист эвкалипта прутьевидного - 20,0; цветки календулы - 15,0; листья шалфея лекарственного - 15,0; цветки ромашки аптечной - 10,0; корни девясила высокого - 10,0; корни солодки голой - 10,0; цветки липы сердцевидной - 10,0; трава багульника болотного - 10,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять тридцать мин., процедить и полоскать рот и горло при ларингитах, трахеитах, ангинах, тонзиллитах.

025 Корень алтея лекарственного - 20,0; цветки ромашки аптечной - 20,0; корневище аира болотного - 10,0; трава донника лекарственного - 20,0; семя льна - 30,0.
Применять в виде теплого настоя для полоскания рта и горла при воспалении слизистых оболочек, как мягчительное средство.

026 Кора дуба обыкновенного - 70,0; цветки липы сердцевидной - 30,0.
Применять в виде настоя для полоскания рта и горла при воспалительных процессах.

027 Цветки липы сердцевидной - 40,0;цветки ромашки аптечной - 60,0.
Применять как сбор 026.

028 Кора дуба обыкновенного - 50,0;трава душицы обыкновенной - 40,0; корень алтея лекарственного - 10,0.
Применять как сбор 026.

029 Лист шалфея лекарственного - 25,0; трава зверобоя продырявленного - 25,0; цветки бузины черной - 25,0; кора дуба обыкновенного - 25,0.
Применять как сбор 026.

030 Лист шалфея лекарственного - 35,0; корень алтея лекарственного - 30,0; цветки бузины черной - 35,0.
Применять как сбор 025.

031 Плоды фенхеля обыкновенного - 10,0; лист мяты перечной - 30,0;цветки ромашки аптечной-30,0; лист шалфея лекарственного - 30,0.
Применять в виде теплого настоя по 1/2-1/3 стакана для полоскания горла при **ларингите и ангине.**

032 Плоды шиповника коричного - 100,0.
Пять-шесть ложек плодов залить в термосе 1 л кипятка, выпить в течение дня. Он повышает сопротивляемость организма при всех простудных заболеваниях, способствует быстрому выздоровлению.

033 Настойка родиолы розовой (золотого корня).
50 г сухого корня залить 0,5 л водки, настоять семь дней в темноте и процедить. Чайную ложку настойки разбавить в половине стакана горячей воды и полоскать горло непрерывно в течение 10-15 мин, затем отдох-

нуть и повторить полоскание снова - до исчезновения заболевания. Это одно из самых эффективных средств для лечения ангины.

034 **Цветки коровяка скипетровидного - 1ч.; цветки мальвы - 1ч.; лист мать-и-мачехи - 1ч.; корень алтея - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 20 мин, процедить и полоскать горло несколько раз в день при воспалительных процессах.

035 **Плоды фенхеля обыкновенного - 5,0; листья шалфея лекарственного - 15,0; листья мяты перечной - 15,0; цветки ромашки аптечной - 15,0.**
Заварить чайную ложку смеси на стакан кипятка. Полоскание при ангине.

036 **Листья шалфея лекарственного - 8,0; листья крапивы двудомной - 10,0; кора дуба черешчатого - 10,0; корневище аира болотного - 10,0.**
Смесь залить 1 л воды, прокипятить 30 мин., процедить. Полоскание при ангине.

АНЕМИЯ

037 **Плоды шиповника коричного - 50,0; плоды земляники лесной - 50,0.**
10 г смеси залить стаканом кипятка, нагреть на водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить, сырье отжать и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4-1/2 стакана два раза в день как дополнительный источник железа и аскорбиновой кислоты.

038 **Листья земляники лесной - 20,0.**
Чай из листьев принимать по столовой ложке

три-четыре раза в день как вспомогательное витаминное средство для проведения поддерживающей терапии при **анемии**.

039 **Плоды рябины обыкновенной -25,0; плоды шиповника коричного - 25,0.**
Чай принимать по стакану в день как вспомогательное витаминное средство для проведения поддерживающей терапии при **анемиях**.
В пищевой рацион больных анемией включают овощи и фрукты в качестве носителей "факторов" кроветворения. Картофель, тыква, брюква, лук, чеснок, салат, укроп, гречиха, крыжовник, земляника, виноград содержат железо и его соли.
Аскорбиновая кислота и витамины группы "В" содержатся в картофеле, капусте белокочанной, баклажанах, кабачках, дынях, тыкве, луке, чесноке, шиповнике, облепихе, ежевике, землянике, калине, клюкве, боярышнике, крыжовнике, лимоне, апельсине, абрикосе, вишне, груше, кукурузе и др.

040 **Плоды шиповника коричного - 25,0; плоды черной смородины - 25,0.**
Готовить как указано в 037. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день как витаминное средство при **анемиях**.

041 **Корневище родиолы розовой (золотой корень).**
Экстракт (аптечный препарат): по 1/4 - 1/2 чайной ложки в чай утром и днем.

042 **Корень левзеи сафлоровидной (маралий корень).**
Экстракт (аптечный препарат): по 1/4 - 1/2 чайной ложки в чай утром и днем.

043 **Корни и трава одуванчика лекарственного - 100,0.**
6 г сырья залить стаканом воды, прокипятить 10 мин., настоять 30 мин., принимать по столовой ложке три раза в день до еды.

АНОРЕКСИЯ
(ОТСУТСТВИЕ АППЕТИТА)

044 **Трава полыни горькой - 25,0; корневище аира болотного - 25,0; листья вахты трехлистной - 25,0;плоды тмина обыкновенного - 25,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по столовой ложке настоя за 15-20 мин до еды для **возбуждения аппетита.**

045 **Трава полыни горькой - 50,0; листья вахты трехлистной - 50,0.**
Принимать как сбор 044.

046 **Трава полыни горькой - 25,0; листья вахты трехлистной - 25,0; трава золототысячника малого - 25,0;корень одуванчика лекарственного - 25,0.**
Принимать как сбор 044.

047 **Трава полыни горькой - 75,0; трава тысячелистника обыкновенного - 25,0.**
Принимать как сбор 044.

048 **Трава полыни горькой - 40,0; корень тысячелистника обыкновенного - 20,0; корень одуванчика лекарственного - 20,0.**
Принимать как сбор 044.

049 **Листья вахты трехлистной - 1ч.; листья крапивы двудомной - 1ч.;кора крушины ломкой - 1ч.; плоды фенхеля обыкновенного - 2ч.;плоды можжевельникаобыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа. Принимать по 1/2 стакана два-три раза в день за 15-20 мин. до еды как средство, регулирующее деятельность кишечника.

050 Корневище с корнями валерианы лекарственной -1ч. плоды тмина обыкновенного - 1ч.;цветки бузины черной - 1ч.; цветки липы сердцевидной - 1ч.; листья мяты перечной - 1ч.; корень солодки голой - 1ч.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа. Принимать по 1/4-1/3 стакана три-четыре раза в день за 20 мин. до еды при склонности к спазмам желудка и кишечника.

051 Кора ивы белой - 1/2ч.; трава одуванчика лекарственного - 1ч.; трава полыни обыкновенной - 1ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1,5ч.

Столовую ложку смеси настоять с 1,5 стакана кипятка. Принимать по 1/2 стакана два раза в день за 10-15 мин. до еды как средство, возбуждающее аппетит.

А Р И Т М И Я

052 **Трава хвоща полевого - 2ч.; трава горца птичьего - 3ч.; цветки боярышника кроваво-красного -5ч.**
Столовую ложку смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана три-четыре раза в день **при учащенном сердцебиении, раздражительности, бессоннице.**

053 **Экстракт элеутерококка жидкий(аптечный препарат).**
Принимать по 25-30 капель за 30 мин. до еды.

054 **Плоды персика обыкновенного.**
Рекомендуются больным с нарушением сердечного ритма.

055 **Редька посевная черная.**
При нарушениях сердечного ритма рекомендуется:
свежий сок, по столовой ложке 2-3р. в день;
свежий сок, смешанный с медом в соотношении 1:1. Принимать по столовой ложке два - три раза в день.

056 **Плоды смородины черной - 50,0.**
Свежие и сухие плоды рекомендуется употреблять **при нарушениях сердечного ритма.**

057 **Трава прострела раскрытого - 50, 0.**
Две чайные ложки травы залить стаканом холодной воды, настоять 12 часов, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3-4р. в день при **аритмии.**

058 **Трава шандры обыкновенной - 50,0.**
Две чайные ложки травы залить стаканом холодной кипяченой воды и настоять четыре часа. Процедить. Принимать по 1/3 стакана

3р. в день до еды для регуляции сердечной деятельности.

АРТРИТ

059 **Корень лопуха большого - 3ч.; корневище пырея ползучего - 2ч.;трава фиалки трехцветной - 3ч.; трава вероники лекарственной - 2ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, прокипятить на водяной бане 10 мин., настоять 30 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана 4-5р. в день через 30-45 мин. после еды **при подагре.**

060 **Корневище аира болотного - 1ч.; трава зверобоя продырявленного-1ч.;листья шалфея лекарственного - 1ч.; листья толокнянки обыкновенной - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10-15 мин., процедить. Принимать по стакану 2р. в день через 30-40 мин. после еды **при подагре.**

061 **Листья березы белой - 1ч.; листья крапивы двудомной - 1ч.; трава фиалки трехцветной 1ч.; корень петрушки огородной -1ч.**
Готовить как сбор 059. Принимать по 1/2 - 3/4 стакана 3-4р. в день в теплом виде при **подагре, ревматоидных артритах.**

062 **Листья березы бородавчатой - 25,0; цветки терна 25.0;цветки бузины черной - 25, 0; трава крапивы двудомной - 25, 0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 7-10 мин., процедить. Принимать по одному - два стакана утром натощак при **подагре,артритах.**

063 **Трава хвоща полевого - 20,0; трава грыжника голого - 20, 0; кора крушины ломкой - 20, 0;**

плоды можжевельника обыкновенного - 20,0;семена петрушки огородной - 20,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, проварить 10-15 мин., процедить. Принимать по стакану 2р. в день **при подагре, артритах.**

064 **Трава хвоща полевого - 25,0; листья толокнянки обыкновенной -25,0;трава грыжника голого -25,0.**
Столовую ложку смеси настоять в 0,5 л кипятка и процедить. Выпить в три приема в течение дня перед едой (мочегонное при подагре, артритах). Курс лечения - семь дней. После этого нужно сделать перерыв на три дня и снова принимать в течение недели.

065 **Корень лопуха войлочного - 20,0; корневище пырея ползучего - 20,0; трава вероники лекарственной -20,0;трава фиалки трехцветной -30,0; трава череды трехраздельной - 20,0.**
40г смеси залить литром воды, проварить 15 мин., процедить. Принимать по стакану 3р. в день, первый раз натощак.

066 **Корень стальника полевого - 25,0; корень мыльнянки лекарственной - 25,0;кора ивы пурпурной 25,0.**
Три столовых ложки смеси настоять 10 мин. в двух стаканах кипятка, прокипятить 10 мин. процедить. Принимать по стакану 3р. в день при **артрите.**

067 **Трава зверобоя продырявленного -25,0; трава золотой розги (золотарника) -25,0; цветки бузины черной - 25,0; цветки липы сердцевидной - 30.0.**
Столовую ложку смеси заварить как чай в стакане воды, процедить. Принимать по стакану 2р. в день при **подагре.**

068 **Цветки липы сердцевидной - 45,0;цветки бузины черной - 45,0; семена каштана конского -15,0.**

Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 15-20 мин., настоять 15 мин., процедить. Принимать по стакану 2р. в день при **артрите, подагре.**

069 **Цветки бузины черной - 3ч.; листья крапивы двудомной - 2 ч.;цветки хмеля обыкновенного 4ч.; листья смородины черной - 3ч.; трава хвоща полевого - 4ч.; трава череды трехраздельной - 5ч.**
Смесь трав (из расчета четыре столовых ложки сбора на литр воды) залить водой, довести до кипения, охладить, процедить. Использовать для ванн при **заболеваниях суставов.**
Кроме того, для лечения артритов можно рекомендовать следующие растения:

070 **Хрен.**
Кашица из корня наружно для компрессов и втираний.

071 **Редька**
Кашица наружно для компрессов и втираний.

072 **Пижма обыкновенная.**
Наружно: 20г сухих соцветий на стакан кипятка, настоять 30 мин.

073 **Ель,сосна, пихта, кедр, хвоя.**
Наружно: 10 г хвои на 1/2 стакана воды, прокипятить 20-40 мин.

074 **Полынь горькая.**
Наружно: столовая ложка сухой измельченной травы на стакан кипятка, настоять 2-3 часа.

075 **Черника обыкновенная.**
Листья, наружно: 15г сухих листьев на стакан кипятка. Запарить на 20-30 мин. Плоды в любом виде.

076 Лопух большой.

Свежие листья наружно.

Корни: 10г сухих измельченных корней на стакан воды, прокипятить 15-20 мин. Принимать по столовой ложке 3-4р. в день.

077 Береза белая.

Внутрь - сок и отвар почек и листьев. 3-4г сухих почек или шесть-восемь сухих листьев (10-15г свежих) на 1/2л воды, прокипятить 15-20 мин. Принимать по 1/2 стакана 3-4р. в день.

078 Мать-и-мачеха.

Наружно свежие цветки и листья.

Внутрь: столовую ложку залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. Принимать по столовой ложке 4-6р. в день.

079 Багульник болотный. Листья и молодые побеги.

Внутрь: чайную ложку сухого измельченного сырья залить двумя стаканами кипятка, проварить 20-30 мин. Принимать по столовой ложке 3 раза в день. Наружно: 3-4 чайные ложки сухого измельченного сырья стаканом кипятка запарить на 20-30 мин.

080 Ромашка аптечная.

Наружно: настой 10г сухих цветков на стакан кипятка, настаивать 30 мин.

Внутрь: тот же настой по столовой ложке 3-4 раза в день.

081 Зверобой продырявленный.

Наружно: столовая ложка сухой измельченной травы на стакан кипятка, настоять 20-30мин.

Внутрь: тот же настой по столовой ложке 3-4 раза в день.

082 Тимьян ползучий.

Наружно: 15г сухой измельченной травы на

стакан кипятка, настоять 15 мин.
Внутрь: тот же настой по столовой ложке 3-4 раза в день.

083 **Пион уклоняющийся (марьин корень).**
Настойка (аптечный препарат): по 30-40 капель 3р. в день до еды.

084 **Рябина обыкновенная.**
Плоды в любом виде.

085 **Брусника.**
Плоды в любом виде. Листья: 20г сухих листьев на стакан кипятка, настаивать 20 мин. Принимать по столовой ложке 3-4р. в день.
Чай: 5г сухих листьев на стакан кипятка.

086 **Крапива двудомная.**
7г сухой измельченной травы на стакан кипятка, запарить на 15-20 мин. Принимать по столовой ложке 3р. в день.

087 **Облепиха крушиновидная.**
Плоды в любом виде.

088 **Смородина черная.**
Плоды в любом виде. Листья: 3-5г сухих листьев на стакан кипятка, настоять 10-20 мин. Принимать по 1/2 -1 стакану 2-3р. в день как чай.

В народной медицине при болях в суставах рекомендуется обертывать их на ночь листьями лопуха, весной листьями мать-и-мачехи, зимой - листьями капусты. Больные, у которых хватает терпения делать такие обертывания неделями и месяцами, могут надолго избавиться от болей.

Уменьшают боль и способствуют стиханию воспалительного процесса компрессы из эвкалиптового масла, а также компрессы с мазями из травы донника лекарственного, хмеля обыкновенного или зверобоя продырявленного. Для приготовления мази две столовые ложки свежевысушенных и истолченных в порошок частей растения(цветки донника, шишки хмеля или цветки зверобоя) смешать с 50г вазелина и тщательно растереть. Хранить мазь в темном прохладном месте.

Для уменьшения болей к больным суставам можно прикладывать горячие подушечки с напарами из травы донника, ромашки, бузины черной, хмеля (в смеси или каждое растение в отдельности). Для этого траву с небольшим количеством воды нагреть почти до кипения, наполнить этой смесью льняные мешочки и прикладывать их к больному суставу на 15-20 мин. Повторять ежедневно в течение 10-15 дней.

При метаболических артритах больным, особенно с избыточной массой тела, желательно раз в неделю делать теплые лечебные клизмы из ромашки, шалфея или вахты.

Снимают боли в суставах питье овсяного отвара и употребление бульона из картофельных очисток.

АСТМА БРОНХИАЛЬНАЯ

089 **Трава тимьяна обыкновенного – 1ч.; лист мать-и-мачехи – 1ч.; трава фиалки трехцветной – 1ч.; корень девясила высокого – 1ч.; плоды аниса обыкновенного – 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30мин. Принимать по 1/3 стакана три раза в день после еды при **бронхите, бронхиальной астме.**

090 **Трава тимьяна ползучего – 1ч.; почки сосны обыкновенной – 1ч.; плоды аниса обыкновенного – 1ч.; плоды фенхеля обыкновенного – 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охладить 45 мин. Процедить. Принимать по 1/4-1/3 стакана три раза в день.

091 **Плоды аниса обыкновенного – 10,0; трава тимьяна ползучего – 10,0; плоды фенхеля обыкновенного – 10,0; семена льна посевного – 10,0.**
Четыре чайных ложки сбора залить стаканом воды комнатной температуры, настоять два часа, прокипятить 5 мин., процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день.

092 **Плоды фенхеля обыкновенного – 20,0; плоды аниса обыкновенного – 20,0; корни солодки голой – 20,0; почки сосны обыкновенной – 20,0; трава тимьяна ползучего – 20,0.**
10 г сбора залить 200мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охлаждать 45 мин., процедить и довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4-1/3 стакана три раза в день.

093 **Корни солодки голой – 30,0; почки сосны**

обыкновенной - 30,0; листья мать-и-мачехи - 30,0; плоды укропа душистого - 15,0; корни алтея лекарственного - 15,0; трава багульника болотного - 15,0;трава череды трехраздельной - 15,0.
Принимать как сбор 092.

АТЕРОСКЛЕРОЗ

094 **Плоды боярышника кроваво-красного - 15,0; плоды аронии черноплодной - 15,0; плоды земляники лесной - 15,0.**
Две столовых ложки сбора залить 500 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 30 мин., охладить 10 мин., процедить и довести кипяченой водой количество отвара до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

095 **Луковица чеснока посевного - 50,0; трава омелы белой - 25,0; цветки боярышника кроваво-красного - 25,0.**
Чайную ложку сбора залить стаканом кипятка и оставить на ночь. Затем процедить. Принимать по стакану три раза в день.

096 **Трава тысячелистника обыкновенного - 30,0; цветки боярышника кроваво-красного - 15,0; трава хвоща полевого - 15,0; трава омелы белой - 15,0;листья барвинка малого - 15,0.**
10 г сбора залить стаканом воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать данную дозу в течение дня в несколько приемов.

097 **Цветки боярышника кроваво-красного - 10,0; листья крапивы двудомной - 10,0; листья барвинка малого - 10,0; трава донника ле-**

карственного - 10,0; плоды шиповника коричного - 10,0; цветки каштана конского - 10,0; плоды малины обыкновенной - 10,0.
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана три раза в день.

098 Листья березы белой - 2ч.; цветки бессмертника - 1ч.;плоды боярышника кроваво-красного - 2ч.; трава буквицы лекарственной - 2ч., трава душицы обыкновенной - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 3ч.; трава лапчатки гусиной - 1ч.; семя льна посевного - 1/2ч.; трава мяты перечной - 1/2ч.; лист почечного чая - 2ч.;плоды шиповника коричного - 1ч.
Две-три столовых ложки сбора (в зависимости от массы тела больного) высыпать в термос (0,5л), залить крутым кипятком. На следующий день выпить весь настой в теплом виде в три приема за 20-40 мин. до еды.

099 Лист брусники обыкновенной - 3ч.; трава донника лекарственного - 3ч.; трава душицы обыкновенной - 4ч.; цветки цикория обыкновенного - 4ч.; цветки календулы лекарственной - 2ч.; трава буквицы лекарственной - 3ч.; слоевище морской капусты - 1ч.; трава клевера лугового - 2ч.; лист мяты перечной- 1ч.; семя льна посевного - 1ч.;трава шалфея лекарственного - 1ч.
Готовить и принимать как сбор 098.

БЕССОННИЦА

100 Цветки ромашки аптечной - 20,0;листья мяты перечной - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; корневища валерианы лекарственной - 20,0; плоды тмина обыкновенного - 20,0.

10 г смеси залить стаканом кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 30 мин., охладить 10 мин., процедить, сырье отжать и довести кипяченой водой количество отвара до первоначального объема. Принимать утром по одному-два стакана, вечером по стакану.

101 **Настой соплодий хмеля обыкновенного - 100,0-200,0.**
По столовой ложке три раза в день.

102 **Листья мяты перечной - 30,0; листья трилистника водяного - 40,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 30,0.**
Две столовых ложки смеси заварить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана утром и на ночь при **нервном возбуждении**.

103 **Листья мяты перечной - 20,0;листья трилистника водяного - 20,0; корни дягиля обыкновенного - 30,0;корневище с корнями валерианы лекарственной - 30,0.**
Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, через час процедить и пить по 1/3 стакана три раза в день.

104 **Плоды фенхеля обыкновенного - 10,0; плоды тмина обыкновенного - 10,0; трава пустырника пятилопастного - 10,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 10,0.**
Приготовление и назначение: см. 103.

105 **Листья мяты перечной - 20,0; цветки лаванды настоящей - 20,0; цветы ромашки аптечной - 30,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 30,0.**
Две столовых ложки смеси настоять в стакане кипятка в течение 15 мин. Выпить за день глотками при бессоннице.

106 **Трава вероники лекарственной - 20,0; трава фиалки душистой - 20,0; цветки лаванды настоящей - 20,0; плоды барбариса обыкновенного - 20,0;листья мелиссы лекарственной- 20,0.**

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по одному-два стакана настоя вечером.

107 **Соплодия хмеля обыкновенного- 10,0; листья мяты перечной - 10,0; листья мелиссы лекарственной - 20,0; цветки ромашки аптечной - 20,0; кора крушины ломкой - 20,0;корневище с корнями валерианы лекарственной - 20,0.**

Приготовить отвар из расчета столовая ложка сбора на стакан воды. Принимать по одному-два стакана на ночь.

108 **Трава пустырника пятилопастного - 30,0; трава сушеницы топяной - 30,0; трава вереска обыкновенного - 40,0; корневище с корнями валерианы лекарственной- 10,0.**

Четыре столовых ложки смеси настоять 10-12 часов в 1 л кипятка в теплом месте, процедить. Весь настой выпить глотками в течение дня через каждый час при **бессоннице, пугливости, раздражительности.**

109 **Трава зверобоя продырявленного - 20,0; листья мяты перечной - 20,0; листья мелиссы лекарственной - 20,0;шишки хмеля обыкновенного - 20,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 20,0.**

Две столовых ложки смеси настоять 15 мин. в стакане кипятка в теплом месте, процедить. Выпить глотками в течение дня.

110 **Цветки первоцвета весеннего -30,0; цветки лаванды настоящей - 30,0; листья мелиссы лекарственной - 30,0.**

Приготовление: см. **109**. Принимать по стакану перед сном.

111 **Трава вереска обыкновенного - 10,0; листья мелиссы лекарственной - 10,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 30,0.**
Приготовление: см. **109**. Принимать по стакану перед сном.

Кроме того, в качестве успокаивающих и снотворных средств рекомендуются следующие растения:

112 **Пустырник пятилопастный.**
15,0 г травы залить стаканом кипятка, настоять 30-40 мин. Принимать по столовой ложке два раза во второй половине дня.
Настойка (аптечный препарат): по 30-40 капель два раза во второй половине дня.

113 **Валериана лекарственная.**
Настойка (аптечный препарат): по 20-30 капель два раза во второй половине дня.
Таблетки по одной-две штуки два раза во второй половине дня.

114 **Спорыш (горец птичий).**
20 г сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, настаивать два часа. Принимать по столовой ложке два-пять раз в день.

115 **Зверобой продырявленный.**
Три столовых ложки травы залить стаканом кипятка, настоять два часа. Принимать по 1/3 стакана три раза в день до еды.

116 **Душица обыкновенная.**
Две чайные ложки травы залить стаканом кипятка, настоять 20 мин. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день за 20-30 мин до еды в теплом виде.

117 **Кипрей (Иван-чай).**
15 г сухой измельченной травы залить стаканом воды, прокипятить 15 мин., настоять 1 час. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день перед едой.

118 **Тимьян ползучий.**
15 г травы залить стаканом кипятка, запарить на 30 мин. Принимать по столовой ложке два-три раза в день.

119 **Пион уклоняющийся (марьин корень).**
Настойка (аптечный препарат): по 30-40 капель три раза в день до еды.

120 **Боярышник кроваво-красный.**
Свежие плоды в любом виде. 20 г сухих плодов залить стаканом кипятка, прокипятить 10-15 мин. Принимать по столовой ложке три раза в день.
Настойка (аптечный препарат): по 20-30 капель три раза в день до еды.

121 **Барбарис обыкновенный.**
Настойка (аптечный препарат): по 20-30 капель три-четыре раза в день.

122 **Земляника лесная**. Плоды в любом виде.
20 г сухих листьев залить стаканом кипятка, прокипятить 5-10 мин., настоять 2 часа. Принимать по столовой ложке три раза в день.

123 **Брусника, костяника**. Ягоды в любом виде.

БРОНХИТЫ

124 **Корни алтея лекарственного - 40,0; лист мать-и-мачехи - 40,0; трава душицы обыкно-**

венной - 30,0.
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20 мин, процедить. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

125 **Корни алтея лекарственного - 40,0; корни солодки голой - 15,0;плоды фенхеля обыкновенного -10,0.**
Столовую ложку сбора залить стаканом **холодной** воды, настоять два часа, прокипятить 5 мин., охладить 15 мин., процедить и принимать по 1/3 стакана три раза в день.

126 **Листья мать-и-мачехи - 15,0; корни девясила - 15,0; корни первоцвета лекарственного - 15,0.**
Две чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, прокипятить 5 мин., охладить 15 мин., процедить и принимать как сбор 125.

127 **Листья мать-и-мачехи - 40,0; листья подорожника большого - 30,0; корни солодки голой - 30,0.**
Принимать как сбор 124.

128 **Листья подорожника большого - 20,0; листья мать-и-мачехи- 20,0;корни солодки голой - 20,0; трава фиалки трехцветной - 20,0.**
10,0 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить, довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4 стакана четыре-шесть раз в день.

129 **Трава тимьяна ползучего - 30,0; листья мать-и-мачехи - 30,0; корни алтея лекарственного - 30,0; плоды укропа душистого - 15,0; листья шалфея лекарственного - 15,0.**
20,0 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на

кипящей водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить, довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4-1/3 стакана три-четыре раза в день.

130 **Корни алтея лекарственного - 40,0; корни солодки голой - 25,0; листья мать-и-мачехи - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 15,0.** Принимать в виде теплого настоя или отвара по 1/3-1/4 стакана три-пять раз в день при **остром и хроническом бронхите,эмфиземе легких,пневмонии, кашле.**

131 **Трава донника лекарственного - 5,0; трава тимьяна обыкновенного - 10,0; плоды фенхеля обыкновенного - 10,0; листья подорожника большого - 15,0; листья мяты перечной - 10,0; корни алтея лекарственного - 15,0; корни солодки голой - 15,0; листья мать-и-мачехи обыкновенной - 20,0.** Готовить как сбор **130.Принимать при кашле, трахеобронхите, хроническом бронхите, остром сухом бронхите.**

132 **Трава багульника болотного - 10,0; листья мать-и-мачехи - 10,0;трава фиалки трехцветной - 10,0; листья подорожника большого - 10,0; цветки ромашки аптечной - 10,0; трава и корни первоцвета весеннего - 10,0; плоды аниса обыкновенного - 10,0; корни алтея лекарственного - 20,0; корни солодки голой -10,0.** Настой или отвар принимать после еды по 1/3 стакана три раза в день при **сухих бронхитах.**

133 **Корни солодки голой - 15,0; корни синюхи голубой - 15,0; цветки ромашки аптечной - 20,0; корни валерианы лекарственной - 10,0; трава пустырника пятилопастного- 10,0;**

трава мяты перечной - 20,0; трава зверобоя продырявленного - 10,0.

Принимать в виде настоя по 1/3-1/4 стакана три-четыре раза в день после еды при **бронхоспазме.**

134 **Почки сосны обыкновенной - 40,0; листья подорожника большого - 30,0;листья мать-и-мачехи - 30,0.**

Принимать в виде теплого настоя по 1/3-1/4 стакана три раза в день при **инфекционных заболеваниях бронхов, бронхиальной астме, коклюше.**

135 **Корень алтея лекарственного - 2ч.; лист малины обыкновенной - 2ч.;лист мяты перечной - 2ч.; почки сосны обыкновенной - 2ч.; лист шалфея лекарственного - 2ч.;лист эвкалипта шарикового - 2ч.; почки березы белой-1ч.; цветки бузины черной - 1ч.; корень девясила высокого - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 7ч.**

Смешать четыре или шесть столовых ложек сбора , высыпать в термос (0,7-1л), залить до верха крутым кипятком. При **лечении острых респираторных заболеваний, гриппа, острого бронхита.**

На следующий день (а при необходимости можно начинать прием настоя уже через два-три часа) выпить весь настой в три-четыре приема.

136 **Плоды калины обыкновенной - 100,0; мед пчелиный - 200,0.**

Плоды калины в течение 5 мин. варить в меде. При **трахеите и бронхите** принимать по одной-две столовых ложки четыре -пять раз в день, запивая теплой водой.

137 **Корень алтея лекарственного - 2ч.; корень солодки голой - 2ч.; почки сосны обыкновенной - 1ч.; лист шалфея лекарственного - 1ч.; плоды аниса обыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по столовой ложке черыре-пять раз в день в качестве отхаркивающего средства при **бронхите**.

БОРОДАВКИ

138 **Сок одуванчика лекарственного - 15,0.**
Смазывать бородавки и места пчелиных укусов.

139 **Сок очитка едкого - 20,0.**
Смазывать бородавки и **мозоли**.

140 **Сок чистотела большого - 15,0.**
Смазывать бородавки.

141 **Сок молочая (разные виды) - 15,0.**
Смазывать бородавки.

142 **Сок травы тысячелистника обыкновенного - 15,0.**
Смазывать бородавки.

143 **Сок травы череды трехраздельной - 15,0.**
Смазывать бородавки.

144 **Лебеда**. Зола стеблей.

145 **Лук разных видов**. Кашица, сок.

146 **Чеснок**. Кашица, сок.

147 **Трава очитка едкого - 100,0.**
Порошок смешать в соотношении 1:4 со сливочным маслом или вазелином. Мазь используют для лечения **мозолей, бородавок, гнойных ран, язв**.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. ТРОМБОФЛЕБИТ

148 Настойка цветков или плодов каштана конского.
По 30-40 г настойки три раза в день. Принимать при **варикозном расширении вен и геморрое.**

149 Кора лещины обыкновенной - 50,0.
Столовую ложку измельченной коры залить 500 мл кипятка, проварить 10 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана четыре раза в день до еды при **расширении вен, перифлебитах, язвах голени, капиллярных геморагиях.**

150 Настойка руты душистой - 50,0.
100 г сухой измельченной травы залить 0,5 л водки и настоять 10 дней в темном месте. Принимать по 10 капель на столовую ложку воды три раза в день при **варикозном расширении вен.**

151 Цветки ромашки аптечной - 2ч.;трава фиалки трехцветной - 1ч.; трава хвоща полевого - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 2ч.; трава тысячелистника лекарственного - 1ч.; цветки календулы лекарственной - 2ч.; кора дуба обыкновенного - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин., процедить. Использовать в виде компресса, для промывания трофических язв несколько дней подряд.

ВЕСНУШКИ

152 Сок лимона - 30,0; сок травы календулы лекарственной - 30,0; сок плодов смородины черной - 30,0; масло миндальное - 40,0.
Смесью ежедневно смазывать участки кожи, на которых имеются веснушки.

153 **Морковь посевная.**
Утром и вечером рекомендуется протирать кожу лица морковным соком. Это способствует удалению пятен с кожи, ее осветлению и омоложению.

154 **Петрушка огородная.**
Крепким водным отваром из корней петрушки, к которому прибавить немного сока лимона, можно пользоваться как косметическим средством для удаления веснушек. Лицо ежедневно смазывать утром и вечером. Если из всего растения приготовить крепкий отвар, то можно смазывать лицо против загара.

ГАСТРИТ С ПОНИЖЕННОЙ СЕКРЕЦИЕЙ

155 **Трава полыни горькой - 4ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. Процедить. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день при **хроническом гастрите с секреторной недостаточностью.**

156 **Листья вахты трехлистной - 1ч.; трава полыни горькой - 1ч.;плоды тмина обыкновенного - 1ч.; корневище аира болотного - 1ч.**
Приготовление и применение см. 155.

157 **Листья мяты перечной - 1ч.; трава полыни горькой - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 1ч.; цветки ромашки аптечной - 1ч.; плоды тмина обыкновенного - 1ч.**
Две столовые ложки смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день при

хроническом гастрите с секреторной недостаточностью.

158 **Корневище аира болотного - 1ч.; лист вахты трехлистной - 1ч.; кожура апельсина - 1ч.; трава полыни горькой - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день до еды.

159 **Семена тмина обыкновенного - 15,0; семена фенхеля обыкновенного - 15,0;цветки ромашки аптечной - 15,0; листья клевера лугового - 15,0; трава золототысячника малого - 15,0; листья мяты перечной - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 25,0.**
Столовую ложку смеси варить 5-7 мин. в стакане воды, настоять 15-20 мин. и процедить. Принимать по 1/3 стакана теплым за 30 мин. до еды.

160 **Трава золототысячника - 30,0; листья вахты трехлистной - 30,0; листья мяты перечной - 30,0.**
Столовую ложку смеси настоять 30 мин в 1/2 стакана кипятка, процедить. Выпить в три приема в течение дня перед едой.

161 **Цветки ромашки аптечной - 20,0; трава полыни горькой - 20,0;листья мяты перечной-20,0; листья шалфея лекарственного - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0.**
Две чайные ложки смеси настаивать 30 мин. в стакане кипятка, процедить. Выпить в течение дня в три приема теплым (один раз натощак).

162 **Листья мяты перечной - 25,0; листья вахты трехлистной - 25,0; трава тысячелистника обыкновенного - 25,0; трава золототысячника**

малого – 25,0.
Приготовление и применение см. **161**.

163 Корень одуванчика лекарственного – 15,0; корень цикория обыкновенного – 15,0; корневище пырея ползучего – 15,0; семена фенхеля обыкновенного – 5,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, варить 15 мин., настоять 20 мин., и процедить. Принимать по стакану два-три раза в день.

164 Кора крушины ломкой – 5,0;трава дымянки лекарственной – 15,0; трава тысячелистника обыкновенного – 15,0; корневище пырея ползучего – 15,0.
Приготовление и применение см. **163** (принимать перед едой).

165 Трава полыни горькой – 10,0; корень дягеля лекарственного – 10,0; корень цикория обыкновенного– 10,0; плоды можжевельника обыкновенного – 10,0;листья шалфея лекарственного – 15,0.
Столовую ложку смеси заварить как настой в стакане воды и процедить. Принимать один-два стакана натощак.

166 Кора крушины ломкой – 25,0;листья пастушьей сумки – 25,0; трава грыжника голого – 25,0; корень стальника полевого – 25,0.
Приготовление см. **163**. Принимать один-два стакана перед завтраком.

167 Трава зверобоя продырявленного – 40,0; трава золототысячника малого – 40,0; трава тысячелистника обыкновенного – 30,0;трава цикория обыкновенного – 30,0; трава дымянки аптечной – 20,0.
Четыре столовых ложки смеси настоять 10-12

часов в 1 л кипятка, варить 5-7 мин., настоять 30 мин. и процедить. Принимать стакан натощак, а остальное - в течение дня.

168 **Трава золототысячника малого - 2,0; трава зверобоя продырявленного - 2,0; корневище горечавки желтой - 2,0; цветки и листья тысячелистника обыкновенного - 2,0; трава цикория обыкновенного - 3,0; трава дымянки аптечной - 4,0.**
Всю смесь залить 1 л холодной воды и настоять 10-12 часов. Варить 5-7 мин., настоять 15-20 мин. и процедить. Выпить стакан натощак, а остальное - в течение дня за три-четыре приема перед едой.

169 **Трава золототысячника зонтичного - 25,0; трава тысячелистника обыкновенного - 25,0.**
Три чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, прокипятить 15 мин. и процедить. Принимать в течение дня в три-четыре приема **при хроническом гастрите с секреторной недостаточностью.**

ГАСТРИТ ХРОНИЧЕСКИЙ С НОРМАЛЬНОЙ И ПОВЫШЕННОЙ СЕКРЕЦИЕЙ

170 **Цветки ромашки аптечной -1ч.; листья мяты перечной - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 1ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1ч.**
Две столовых ложки смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день.

171 **Цветки липы сердцевидной - 1ч.; семена льна посевного - 2ч.; корень солодки голой - 2ч.; корневище аира болотного - 2ч.; листья мяты перечной - 1ч.;плоды фенхеля обыкновенного-** 2ч.

Столовую ложку смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/3-1/2 стакана два-три раза в день за полчаса до еды.

172 **Трава сушеницы топяной - 2ч.; трава зверобоя продырявленного - 2ч.; листья вахты трехлистной - 1ч.; листья мяты перечной - 1ч.;цветочные корзинки тысячелистника обыкновенного - 1ч.; плоды укропа огородного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа. Процедить. Принимать по 1/4-1/3 стакана четыре-пять раз в день за 15-20 мин. до еды.

173 **Плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; листья мяты перечной - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; трава золототысячника обыкновенного - 20,0.**
Две чайные ложки смеси залить стаканом воды, проварить 7-10 мин. Процедить. Принимать по 1/2 стакана за 30 мин. до еды.

174 **Листья мяты перечной - 40,0; трава золототысячника обыкновенного - 10,0.**
Две чайные ложки смеси залить стаканом кипятка, настоять. Процедить. Принимать по стакану три раза в день за 30 мин. до еды.

175 **Листья вахты трехлистной - 2,0; Листья мяты перечной - 15,0;трава тысячелистника обыкновенного - 15,0; плоды фенхеля обыкновенного - 15,0;трава зверобоя продырявленного- 30,0.**
Две столовых ложки смеси настоять два часа в двух стаканах кипятка, процедить. Весь настой выпить глотками в течение дня при **повышенной кислотности желудочного сока без запора.**

176 **Цветки ромашки аптечной - 20,0; трава зверобоя продырявленного - 20,0; корни алтея лекарственного - 10,0.**
20 г сбора залить 200мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 30 мин., охладить 10 мин., процедить и добавить кипяченой воды до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день при **остром гастрите.**

177 **Цветки ромашки аптечной - 20,0; цветки календулы лекарственной - 20,0;листья подорожника большого - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; трава череды трехраздельной - 20,0.**
10 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охлаждать 45 мин., процедить. Кипяченой водой довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/3-1/2 стакана три-пять раз в день при **остром гастрите.**

178 **Трава зверобоя продырявленного - 30,0;трава тысячелистника - 30,0.**
Две столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настоять 30 мин. и процедить. Принимать по 1/2 стакана четыре раза в день.

179 **Трава зверобоя продырявленного - 100,0.**
Три столовых ложки измельченной травы залить стаканом кипятка. Настоять два часа. Принимать по 1/3 стакана три раза в день до еды для **регуляции деятельности желудочно-кишечного тракта.**

180 **Трава подорожника большого - 100,0.**
10 г травы залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин. Принимать по столовой ложке один раз в день натощак при **повышенной кислотности.**

181 Трава мяты перечной - 100,0.
10 г травы залить 1/2 стакана кипятка и запарить на 30 мин. Принимать по столовой ложке три раза в день до еды при повышенной кислотности.

ГЕЛЬМИНТОЗЫ

182 Цветки ромашки аптечной - 1ч.; корень горечавки желтой - 1ч.;цветки пижмы обыкновенной - 1ч.; трава полыни горькой - 2ч; кора крушины ломкой - 3ч.
Столовую ложку смеси заварить в термосе на ночь стаканом кипятка, процедить. Принимать натощак утром и вечером по стакану три дня подряд, против остриц и аскарид.

183 Цветки ромашки аптечной - 1ч.; цветки пижмы обыкновенной - 1ч.;трава полыни горькой - 1ч; цветки полыни морской - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, дать остыть, процедить. Принимать утром и вечером по стакану настоя три дня подряд при аскаридозе.

184 Лист мяты перечной - 20,0; цветки пижмы обыкновенной - 20,0; кора крушины ломкой - 20,0; трава полыни горькой - 20,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 20,0; семена моркови дикой - 30,0.
Две столовых ложки смеси заварить как чай в стакане кипятка и процедить. Принимать по стакану утром и вечером три дня подряд против солитера.

185 Луковицы чеснока посевного - 30,0.
10 г луковиц хорошо растереть и размешать в стакане воды. Употреблять для клизм раз в день при острицах.

186 Порошок листа и плодов омелы белой (по 0,5 г), порошок корневища с корнями валерианы лекарственной - 1,0.
Принимать по порошку в день в течение трех дней для изгнания аскарид, остриц, волосоголовца.

ГЕМОРРОЙ

187 Цветки ромашки аптечной - 20,0; корни одуванчика лекарственного - 15,0;корни мыльнянки лекарственной - 15,0.
Две столовых ложки сбора залить 1/2 л воды комнатной температуры, настоять шесть часов, затем довести до кипения, охладить и процедить. Для клизм использовать стакан настоя. Если через 5 мин. стула не будет , процедуру можно повторить, но не более трех раз.

188 Кора дуба черешчатого - 25,0; трава хвоща полевого - 25,0; корневище валерианы лекарственной - 10,0.
Три столовых ложки сбора залить 1 л кипятка, настоять шесть часов и процедить. Использовать для ванн и примочек на анальную область.

189 Трава полыни горькой - 10,0.
Измельченную траву настоять на 100 г этилового спирта. Принимать по 12-15 капель настойки на столовую ложку воды утром и вечером при начинающемся воспалении прямой кишки.

190 Цветки льнянки обыкновенной - 1ч.; кора дуба черешчатого - 1ч.; трава водяного перца - 1ч.
Измельченную смесь выдержать в течение 12 часов в растопленном свином сале, время от времени мешая, затем процедить и слить в банку. Мазью смазать небольшой кусочек мар-

ли и ввести в задний проход на четыре-пять часов. Тампон с этой мазью успокаивает боль, уменьшает воспалительные процессы, способствует остановке кровотечения.

191 **Лист сенны остролистной - 10,0; трава тысячелистника обыкновенного - 10,0; кора крушины ломкой - 10,0; плоды кориандра посевного - 10,0; корень солодки голой - 10,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения. Пить на ночь по 1/2 стакана.

192 **Кора крушины ломкой - 1ч.;семя льна полезнейшего - 1ч.; цветки ромашки аптечной - 1ч.; трава сушеницы топяной - 1ч.; трава хвоща полевого - 1ч.; трава горца почечуйного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день за 20 мин. до еды при геморроидальных кровотечениях.

При обострении болезни прием препаратов из трав следует сочетать с теплой сидячей ванной из смеси теплой прокипяченной воды и отвара лечебных трав (тех же, что и для клизм). Длительность ванн - 10-15 мин. После ванны назначают свечи с календулой, белладонной. Длительность лечения две-три недели.

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

193 **Цветки боярышника кроваво-красного - 30,0; трава омелы белой - 30,0.**
Чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 10 мин. и процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день через час после еды.

194 **Трава сушеницы болотной - 20,0; трава пустырника пятилопастного - 20,0; цветки боярышника кроваво-красного - 10,0; трава хвоща полевого - 10,0.**
20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4-1/3 стакана три-четыре раза в день.

195 **Трава тысячелистника обыкновенного - 30,0; цветки боярышника кроваво-красного - 15,0; трава хвоща полевого - 15,0; трава омелы белой - 15,0; листья барвинка малого - 15,0.**
Столовую ложку сбора залить стаканом горячей воды и настоять три часа, прокипятить 5 мин., охладить и процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана три-четыре раза в день.

196 **Трава омелы белой - 30,0; цветки боярышника кроваво-красного - 25,0; корневище валерианы лекарственной - 20,0; плоды тмина обыкновенного - 15,0;листья барвинка малого - 15,0.**
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять два часа и процедить. Принимать по стакану два раза в день.

197 **Плоды тмина обыкновенного - 20,0;листья барвинка малого - 10,0; цветки боярышника кроваво-красного - 20,0; корневище валерианы лекарственной - 20,0; трава омелы белой - 30,0.**
Готовить как сбор 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана в течение дня в несколько приемов при **нейроциркуляторной дистонии по гипертоническому типу.**

198 **Плоды рябины черноплодной - 15,0; плоды моркови посевной - 10,0; плоды фенхеля обыкновенного - 10,0; корневище валерианы**

лекарственной - 15,0; трава хвоща полевого- 10,0; цветки василька синего - 10,0; плоды боярышника кроваво-красного - 15,0; корни шлемника байкальского - 15,0.
Готовить как сбор 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана три раза в день при гипертонической болезни I и II стадии.

199 Трава пустырника пятилопастного - 4ч.; трава сушеницы болотной - 2ч.;плоды боярышника кроваво-красного - 1ч.; лист мяты перечной - 1/2ч.; трава пастушьей сумки - 1ч.; плоды рябины черноплодной - 1ч.; плоды укропа огородного - 1ч.; семя льна посевного - 1ч.; лист земляники лесной - 2ч.
Две или три столовые ложки смеси (в зависимости от массы тела больного) залить в термосе 2,5 стаканами кипятка. Настоять в течение шести-восьми часов. На следующий день принимать весь настой теплым в три приема за 20-40 мин. до еды при нейроциркуляторной дистонии по гипертоническому типу и гипертонической болезни.

ГИПОТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

200 Корневище аира болотного - 1/2ч.; трава будры плющевидной - 2ч.; трава вербены лекарственной - 1ч.; трава дрока красильного- 1ч.; трава душицы обыкновенной - 2ч.; трава зверобоя продырявленного - 7ч.; плоды можжевельника обыкновенного - 1/2ч.; трава кипрея узколистного - 2ч.; листья мяты перечной - 1ч.; лист подорожника большого - 2ч.; трава спорыша - 1ч.; плоды шиповника коричного - 3ч.
Каждый вечер две-три столовых ложки сбора (в зависимости от массы тела больного) высыпать в термос (на 0,5 л), залить крутым кипятком. На следующий день выпить весь

настой в три приема теплым за 20-30 мин. до еды при **нейроциркуляторной дистонии по гипотоническому типу.**

201 Корневище аира болотного - 1/2ч.; корень любистка лекарственного - 2ч.; трава вероники лекарственной - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 7ч.; лист земляники лесной - 1ч.;плоды можжевельника обыкновенного-1/2ч.; трава руты душистой - 2ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 2ч.; цветки цикория обыкновенного - 1ч.; плоды шиповника коричного - 2ч.

Готовить и принимать как сбор 200.

202 Корневище аира болотного - 1/2ч.;трава вероники лекарственной - 1ч.;корневище с корнями девясила высокого - 1ч.; трава зверобоя продырявленного - 5ч.; трава кипрея узколистного - 1ч.; плоды мордовника обыкновенного - 2ч.; лист мяты перечной - 1ч.; трава руты душистой - 1ч.; трава татарника колючего - 5ч.;плоды шиповника коричного-3ч.

Готовить и принимать как сбор 200.

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ, ПИЕЛОНЕФРИТ

203 Цветки ромашки аптечной - 15,0; цветки душицы обыкновенной - 20,0;трава горца птичьего - 20,0; корень бузины травянистой - 20,0; столбики с рыльцами кукурузы - 20,0; почки березы бородавчатой - 30,0; трава хвоща полевого - 30,0; лист толокнянки обыкновенной - 40,0; трава зверобоя продырявленного - 40,0.

Две столовых ложки смеси залить 1 л воды, настоять 10-12 часов в теплом месте, прокипятить 5-7 мин., процедить. Принять стакан

натощак, остальное – за четыре приема в течение дня через каждый час после еды при **гломерулонефрите.**

204 **Лист смородины черной – 10,0; трава тысячелистника обыкновенного – 10,0; цветки яснотки белой – 10,0; трава череды трехраздельной – 10,0; корень лопуха войлочного – 15,0; лист земляники лесной – 15,0; почки березы бородавчатой – 15,0; трава фиалки трехцветной – 20,0; лист толокнянки обыкновенной – 30,0.**

20 г смеси прокипятить 10 мин. в 1 л воды, настоять 10 мин., процедить. Принимать по две столовые ложки каждый час при **хроническом нефрите.**

205 **Корень окопника лекарственного – 10,0; трава пастушьей сумки – 10,0; трава руты садовой – 20,0;трава пустырника пятилопастного – 25,0.**

Столовую ложку смеси залить 1,5 стакана кипятка, настоять три-четыре часа, процедить. Принимать по 100 мл три раза в день после еды при **гипертонической форме хронического нефрита.**

206 **Семена укропа душистого – 10,0, цветки календулы лекарственной – 15,0; лист омелы белой – 20,0; трава мелиссы лекарственной – 25,0.**

Приготовление и применение см. 205.

207 **Трава фиалки трехцветной – 15,0; цветки календулы лекарственной – 15,0; почки тополя черного – 5,0; трава пастушьей сумки – 5,0.**

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять один час. Принимать по десертной ложке три-четыре раза в день за 15 мин. до еды и перед сном при **пиелонефрите** у детей.

208 **Кора ивы белой – 20,0;шишки хмеля обыкновенного – 20,0; лист черники обыкновенной – 20,0; трава пустырника пятилопастного – 25.0; корень алтея лекарственного – 30,0; корневище пырея ползучего – 30,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа, процедить. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день после еды при **хроническом пиелонефрите** в начале лечения.

209 **Лист крапивы двудомной – 20,0; цветки тысячелистника обыкновенного – 25,0; трава зверобоя продырявленного – 25,0; лист мать-и-мачехи – 30,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана два раза в день после еды в течение 25 дней **в период ремиссии хронического пиелонефрита.**

210 **Трава почечного чая – 20,0;лист толокнянки обыкновенной – 10,0; трава хвоща полевого-10,0; корень солодки голой – 15,0; цветки календулы лекарственной – 15,0; цветки ромашки аптечной – 15,0; лист подорожника большого – 15,0.**
Приготовление см. 037. Принимать по 1/4-1/3 стакана настоя три-четыре раза в день при **хроническом пиелонефрите.**

211 **Трава хвоща полевого – 30,0; корневище лапчатки прямостоячей – 30,0; лист подорожника большого – 40,0.**
Приготовление см. 037. Принимать по 2/3-3/4 стакана настоя на ночь в теплом виде при **воспалительных заболеваниях мочевыводящих путей.**

212 **Цветки бузины черной - 25,0; трава зверобоя продырявленного - 25,0;цветки ромашки аптечной - 25,0; цветки липы сердцевидной - 25,0.**

Приготовление см. 037. Принимать по одному-два стакана настоя на ночь в теплом виде при **воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.**

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

213 **Лист мяты перечной - 20,0; лист розмарина лекарственного - 20,0; корни первоцвета весеннего - 20,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 20,0; цветки лаванды настоящей - 20,0.**
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по два стакана настоя в день при **мигрени.**

214 **Цветки бузины красной - 100,0.**
1/2 чайной ложки сухих цветков залить стаканом кипятка, настоять 10-15 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана два раза в день, медленно, маленькими глотками при **головной боли, ревматизме, бронхиальной астме, простудных заболеваниях.**

215 **Корневище с корнями левзеи сафлоровидной - 100,0.**
Три столовых ложки измельченного сырья залить 1 л воды, настоять три часа, процедить. Принимать по столовой ложке три раза в день перед едой при **головных болях, усталости, плохом настроении, раздражительности.**

216 **Плоды кориандра посевного - 20,0; лист мелиссы лекарственной - 20,0; лист мяты перечной - 20,0.**
Все количество сырья настоять 24 часа на смеси 100 г 96% этилового спирта и 20 г воды, процедить и отжать. Смоченный настойкой платок прикладывать к вискам и затылку при **головной боли.**

ДЕРМАТИТЫ

217 **Трава репешка обыкновенного - 30,0; трава хвоща полевого - 30,0; лист подорожника большого - 30,0; цветки розы - 30,0.**
Две столовые ложки смеси настоять один час

в 0,5 л кипятка, процедить. Принимать по 1/2 стакана четыре раза в день до еды.

218 **Листья и цветки стальника колючего - 100,0.**
Чайную ложку сырья залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по стакану в день малыми порциями при высыпаниях на теле и фурункулах.

219 **Корень лабазника вязолистного - 50,0.**
Порошок корня смешать со сливочным маслом в соотношении 1:5 или со смесью вазелина и ланолина в соотношении 1:2:1 (по объему). Для смазывания пораженных мест при воспалительных дерматозах.

220 **Трава зверобоя продырявленного - 100,0.**
20 г свежих соцветий залить стаканом подсолнечного масла, настоять 14 дней, процедить. Настой используют для смазывания пораженных участков кожи при кожных заболеваниях.

221 **Трава звездчатки средней - 100,0.**
Столовую ложку сухого измельченного сырья залить в термосе стаканом кипятка, настоять 8 часов, процедить. Настой используют для примочек при заболеваниях кожи (угри, высыпания, гнойные раны, порезы).

222 **Клубни картофеля - 100,0.**
Перетертые сырые клубни прикладывать к пораженным участкам кожи при лечении дерматитов, гнойной экземы, ожогов, гнойных ран.

ДИАБЕТ САХАРНЫЙ

223 **Лист черники обыкновенной - 1ч.; створки плодов фасоли обыкновенной - 1ч.; семена льна полезнейшего - 1ч.; зеленая солома овса посевного - 1ч.**

Три столовых ложки измельченной смеси залить 0,5 л крутого кипятка в термосе на ночь. Принимать в три приема за полчаса до еды в теплом виде.

224 **Лист черники обыкновенной - 1ч.; створки плодов фасоли обыкновенной - 1ч.; лист шелковицы белой или черной - 1ч.; лист лавра благородного - 1ч.**
Две-три столовых ложки смеси залить 0,5 л крутого кипятка, прокипятить 15 мин. на водяной бане, настоять 30 мин., процедить. Принимать по стакану три-четыре раза в день за полчаса до еды.

225 **Лист черники обыкновенной - 3ч.; створки плодов фасоли - 3ч.;корень лопуха большого- 1ч.; семена льна полезнейшего - 1ч.; корни цикория обыкновенного - 1ч.**
Две-три столовых ложки смеси настоять в 0,5 л воды комнатной температуры 12 часов, затем прокипятить на водяной бане 5 мин., через час процедить. Принимать по стакану три-четыре раза в день через час после еды.

226 **Трава манжетки обыкновенной - 1ч.; плоды можжевельника обыкновенного - 2ч.; семена льна полезнейшего - 2ч.; лист черники обыкновенной - 4ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка и прокипятить на водяной бане 15 мин. Настоять 30 мин., процедить. Принимать по стакану два-три раза в день за полчаса до еды.

227 **Корень лопуха войлочного - 50,0; лист черники обыкновенной - 50,0.**
50 г смеси настоять 10-12 часов в 1 л кипятка, прокипятить 5 - 7 мин., еще настоять 15 мин. и процедить. Выпить в течение дня.

228 **Лист мяты перечной - 25,0; трава галеги лекарственной - 25,0; лист черники обыкновенной - 25,0;створки плодов фасоли обыкновенной -25,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. в теплом месте. Принимать по стакану три-четыре раза в день.

229 **Лист черники обыкновенной - 10,0;семена льна полезнейшего - 10,0; плоды можжевельника обыкновенного - 10,0; трава манжетки обыкновенной - 5,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 20 мин., настоять 15 мин. и процедить. Принимать по стакану 2-3 раза в день.

230 **Кукурузные столбики с рыльцами - 20,0; лист мяты перечной - 10,0; трава галеги лекарственной - 50,0; створки плодов фасоли обыкновенной - 50,0.**
Три столовых ложки смеси прокипятить 5-7 мин. в двух стаканах воды, настоять 10 мин. и процедить. Принимать по полстакана два раза в день.

ДИАРЕЯ ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ (ПОНОСЫ)

231 **Плоды черемухи обыкновенной - 60,0; плоды черники обыкновенной - 40,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по 1/4-1/2 стакана отвара три-четыре раза в день.

232 **Плоды черники обыкновенной - 25,0; корневище лапчатки прямостоячей - 12,5; цветки бессмертника песчаного - 12,5; лист шалфея лекарственного - 37,5; плоды тмина обыкновенного - 12,5.**

Приготовление: см. 100. Принимать по 1/2 стакана отвара три-четыре раза в день за 15 мин. до еды.

233 **Корневище и корни лапчатки прямостоячей - 1ч.; кора дуба обыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить в термосе на ночь стаканом кипятка. Процедить. Принимать по столовой ложке пять-шесть раз в день до еды.

234 **Корневище аира болотного - 1ч.; кора дуба обыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить в термосе на ночь стаканом кипятка. Процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день до еды.

235 **Корневище лапчатки прямостоячей - 2ч.; корень горца птичьего - 2ч.; трава пастушьей сумки - 3ч.; лист мяты перечной - 1ч.; цветки ромашки аптечной - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 0,5 часа. Процедить. Принимать по 1/2-1/3 стакана 3-4 раза в день до еды.

ЖЕЛЧЕГОННЫЕ СМЕСИ

236 **Цветки бессмертника песчаного - 30,0; корень цикория обыкновенного - 30,0; корень одуванчика лекарственного - 30,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 5 мин., настоять 20мин. и процедить. Выпить за 3 приема.

237 **Лист мяты перечной - 25,0; кора крушины ломкой - 25,0; корень стальника полевого - 25,0; корень одуванчика лекарственного - 25,0.**
Приготовление и применение: см. 236.Принимать по одному- два стакана в день.

238 **Лист мяты перечной - 40,0; трава полыни горькой - 40,0.**
Две столовых ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить, процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

239 **Кукурузные столбики с рыльцами - 100,0.**
Столовую ложку сырья заварить стаканом кипятка как чай. Принимать по столовой ложке каждые три часа.

240 **Лист мяты перечной - 100,0.**
Столовую ложку листьев заварить стаканом кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана утром и вечером.

241 **Сок редьки черной - 100,0.**
100 г сока принимать на ночь как желчегонное средство. Постепенно дозу увеличить до 400 г. Курс лечения шесть-восемь недель.

242 **Плоды укропа огородного - 50,0.**
Столовую ложку плодов заварить в стакане кипятка, настоять до охлаждения. Принимать по 1/2 стакана два-три раза в день.

243 **Лист мяты перечной - 30,0; лист вахты трехлистной - 30,0; трава полыни горькой - 30,0.**
Три-пять столовых ложек смеси залить стаканом воды и нагревать 30 мин. Пить утром и вечером за 30 мин. до еды по стакану отвара.

ЖЕЛЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, ХРОНИЧЕСКИЙ ПАНКРЕАТИТ

244 **Цветки бессмертника песчаного - 20,0; кора крушины ломкой - 20,0; корень одуванчика лекарственного - 20,0;трава полыни горькой- 20,0; лист мяты перечной - 20,0.**

Две столовых ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 10-15 мин., настоять 15 мин. и процедить. Принимать по стакану утром и вечером при желчнокаменной болезни.

245 **Цветки арники горной - 10,0; корень одуванчика лекарственного - 25,0;лист мяты перечной - 25,0; корень цикория обыкновенного - 25,0.**
Приготовление и применение: см. 244.

246 **Семена фенхеля обыкновенного - 10,0; кора крушины ломкой - 10,0; лист мяты перечной - 20,0; цветки бессмертника песчаного - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; трава полыни горькой - 20,0.**
Две столовых ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 20-25 мин., настоять 15 мин. и процедить. Принимать по стакану утром и вечером при желчнокаменной болезни.

247 **Трава тимьяна ползучего - 10,0; трава лапчатки прямостоячей - 10,0; трава руты садовой - 10,0; лист ромашки аптечной - 10,0; лист мяты перечной - 10,0.**
Столовую ложку смеси настоять в 1,5 стаканах кипятка, процедить. Выпить в течение дня при печеночной колике.

248 **Трава мелиссы лекарственной - 20,0; цветки ромашки аптечной - 20,0; лист руты садовой- 20,0; лист копытня европейского - 20,0; лист мяты перечной - 20,0.**
Столовую ложку смеси залить 1,5 стаканами воды, прокипятить 5-7 мин., процедить. Выпить в течение дня при желчнокаменной болезни.

249 **Цветки бессмертника песчаного -20,0; трава спорыша - 20,0;трава крушины ломкой - 20,0;**

трава цикория обыкновенного - 10,0; трава зверобоя продырявленного - 10,0.
Половину смеси прокипятить 5-7 мин. в 1 л воды, процедить. Стакан выпить натощак, остальное - в течение дня за четыре приема через час после еды при желчнокаменной болезни.

250 Цветки ромашки аптечной - 25,0; лист мяты перечной - 25,0;лист мелиссы лекарственной-25,0.
Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка как чай и процедить. Выпить в течение дня за два-три приема при желчнокаменной болезни.

251 Кора барбариса обыкновенного - 100,0.
Столовую ложку измельченной коры залить стаканом кипятка, прокипятить 10-15 мин., настоять до охлаждения. Принимать по столовой ложке три раза в день при желчнокаменной болезни и хроническом панкреатите.

252 Корень цикория обыкновенного - 100.0.
Две чайных ложки измельченных корней залить стаканом кипятка, прокипятить 5-7 мин., настоять до охлаждения и процедить. Выпить глотками в течение дня при желчнокаменной болезни и хроническом панкреатите.

ЗАПОРЫ И СКЛОННОСТИ К НИМ

253 Кора крушины ломкой - 4ч.;плоды аниса обыкновенного - 1ч.;плоды фенхеля обыкновенного-1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. Процедить. Принимать на ночь по стакану.

254 Лист крапивы двудомной - 1ч.; трава донника лекарственного - 1ч.; кора крушины ломкой - 1ч.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. Процедить. Принимать на ночь по 1/2 стакана

255 **Корневище с корнями валерианы лекарственной- 1ч.; трава мяты перечной - 1ч.; цветки и трава ромашки аптечной - 1ч.; цветки календулы лекарственной - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка на ночь в термосе. Процедить. Принимать по 1/3 стакана через полчаса после еды три раза в день при **вздутии живота (метеоризме).**

256 **Цветки ромашки аптечной - 1ч.; трава душицы обыкновенной - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить двумя стаканами кипятка на ночь в термосе. Процедить. Принимать утром и вечером по стакану как **ветрогонное средство.**

257 **Цветки бузины черной - 50,0; плоды жостера слабительного - 50,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по стакану отвара утром и вечером после еды.

258 **Кора крушины ольховидной - 50,0; цветки бузины черной - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; плоды аниса обыкновенного - 10,0.**
Приготовление: см. 037. Принимать по стакану настоя после еды.

259 **Кора крушины ломкой - 30,0; плоды фенхеля обыкновенного - 30,0; лист бузины черной - 30,0.**
Столовую ложку смеси прокипятить 20 мин. в стакане воды, процедить. Принимать по стакану после обеда и вечером.

260 **Лист мяты перечной - 35,0; кора крушины ломкой - 25,0.**

Две чайных ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 5-7 мин. и сразу процедить. Принимать вечером по стакану.

При запорах и склонности к ним можно рекомендовать готовые аптечные сборы: противогеморройный и слабительный. Хорошо очищают кишечник смесь 0,5 стакана огуречного рассола с двумя столовыми ложками меда.

Следует периодически менять сборы, так как к ним привыкают.

ИМПОТЕНЦИЯ

261 **Трава руты душистой - 100,0.**

Чайную ложку сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, настоять 10 мин. и пить как чай по стакану утром и вечером при импотенции и в климактерическом периоде.

262 **Семена конопли посевной - 100,0.**

100 г семян поджарить с солью на сковороде. Употреблять внутрь для усиления половой активности.

263 **Трава ярутки полевой - 100,0.**

1-1,5 столовых ложки сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, настоять 4 часа в закрытой посуде, процедить. Принимать по чайной ложке четыре-пять раз в день в качестве стимулятора половой функции мужчин, а также для ускорения и активизации менструального цикла у женщин.

264 **Сок корнеплодов моркови посевной - 50,0; мед пчелиный - 50,0.**

Смесь принимать по столовой ложке несколько раз в день при половом бессилии.

265 Трава дубровника обыкновенного - 100,0.
4 чайные ложки сырья залить стаканом кипятка, прокипятить 5 мин., процедить. Принимать по 1/4 стакана четыре раза в день до еды при половой слабости, чрезмерных менструациях.

266 Лист и плоды с семенами ярутки полевой - 5,0.
Измельченное в порошок сырье принимать по 0,1-0,25г три-четыре раза в день при половом бессилии, не зависящем от конституционного или органического заболевания, а также в возрасте свыше 55 лет.
Действие ярутки не отличается постоянством, но проявляется очень скоро, иногда через один-два дня. Проявленное действие длится три-четыре месяца, а затем постепенно угасает. Для достижения желаемого эффекта можно использовать настой из 5 г сухой травы на 200г горячей воды. Принимать по чайной ложке через два-три часа.

КАТАР ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

267 Трава и корни первоцвета весеннего - 10,0; корни девясила высокого - 10,0; листья шалфея лекарственного - 10,0; почки сосны обыкновенной - 10,0; трава мяты перечной - 10,0; цветки календулы - 10,0; листья подорожника большого - 10,0; корень солодки голой - 10,0;трава зверобоя продырявленного-10,0; трава тимьяна обыкновенного - 10,0.
Принимать по 1/3 стакана настоя три-пять раз в день после еды при острых респираторных заболеваниях.

268 Корень алтея лекарственного - 40,0; листья мать-и-мачехи - 40,0; трава душицы обыкновенной - 20,0.

Принимать в виде теплого настоя по 1/2 стакана три-четыре раза в день при заболеваниях органов дыхания.

269 **Листья подорожника большого - 30,0; корень солодки голой - 30,0; листья мать-и-мачехи- 40,0.**
Принимать по 1/2 стакана настоя через каждые три часа **при заболеваниях органов дыхания.**

270 **Настой цветков гречихи 40,0-100,0.**
По стакану четыре-пять раз в день.
Отхаркивающее.

271 **Плоды фенхеля обыкновенного - 10,0; корни алтея лекарственного - 20,0; корни солодки голой - 20,0.**
Столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по 1/4 стакана каждые три часа.
Отхаркивающее.

272 **Плоды малины обыкновенной - 20,0; листья мать-и-мачехи - 20,0; трава душицы обыкновенной - 20,0.**
Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, настоять 20 мин. и пить как чай горячим. **Отхаркивающее.**

273 **Плоды аниса обыкновенного - 10,0; корни алтея лекарственного - 20,0; корни солодки голой - 20,0; почки сосны обыкновенной - 10,0; листья шалфея лекарственного - 10,0.**
Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, плотно закрыть и настоять пять часов, процедить, принимать по столовой ложке четыре-пять раз в день. **Отхаркивающее.**

274 **Цветки гречихи посевной - 20,0; цветки мать-и-мачехи - 20,0; цветки мака самосейки - 30,0; цветки бузины черной - 20,0;**

цветки липы сердцевидной - 20,0; цветки коровяка скипетровидного - 30,0; цветки мальвы лесной - 30,0; трава медуницы лекарственной - 30,0.
40 г смеси залить 1 л кипятка, настоять ночь, процедить. Пить по 1/4 стакана через час при бронхите с сухим, изнуряющим кашлем.

275 Плоды малины - 20,0; листья мать-и-мачехи - 20,0; трава душицы обыкновенной - 10,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипящей воды, настоять 20 мин., процедить. В теплом виде выпить на ночь. Потогонное.

276 Плоды малины - 100,0.
Заварить как чай и пить горячим по стакану на прием. Потогонное.

277 Цветки ромашки аптечной - 25,0; цветки бузины черной - 25,0; цветки липы сердцевидной - 25,0; листья мяты перечной - 25,0.
Приготовить настой из столовой ложки сбора на стакан воды. Принимать по два-три стакана горячего настоя в день при простудных заболеваниях.

278 Плоды аниса обыкновенного - 20,0; трава полыни горькой - 20,0; кора ивы белой - 30,0; цветки липы сердцевидной - 30,0; листья вахты трехлистной - 30,0.
Приготовить отвар из столовой ложки сбора на стакан воды. Принимать по одному-три стакана в день при простудных заболеваниях.

279 Отвар листа грецкого ореха - 15,0-200,0.
Для полосканий и примочек.

280 Настой листа шалфея лекарственного - 20,0-200,0.
Для полосканий.

К А Ш Е Л Ь

281 **Трава багульника болотного - 20,0; трава тимьяна обыкновенного - 20,0; листья мать-и-мачехи - 10,0; цветки ромашки аптечной - 10,0; корни солодки голой - 20,0; корни алтея лекарственного - 20,0.**
Принимать в виде настоя или отвара по 1/3-1/4 стакана три-пять раз в день после еды.

282 **Сок редьки черной - 1ч.; мед пчелиный - 2ч.**
Свежевыжатый сок смешать с медом и принимать по столовой ложке смеси три-четыре раза в день в течение трех-пяти дней как **противовоспалительное, успокаивающее кашель и отхаркивающее средство.**

283 **Лист подорожника большого - 3ч.; корень солодки - 3ч.; лист мать-и-мачехи - 4ч.**
Столовую ложку смеси залить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана через три-четыре часа.

284 **Корни алтея лекарственного - 1ч.; корень солодки голой - 1ч.; плоды аниса обыкновенного - 1ч.; лист шалфея лекарственного - 1ч.; почки сосны обыкновенной - 1ч.; трава тимьяна обыкновенного - 1ч.**
Одну-две ложки смеси залить стаканом кипятка. Настоять 20 мин. Процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день после еды.

285 **Лист подорожника большого- 2ч.; лист мать-и-мачехи - 1ч.; трава хвоща полевого - 3ч.; цветки первоцвета весеннего - 4ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять в течение часа, процедить. Принимать по 1/3-1/4 стакана три-четыре раза в

день после еды при **кашле,трахеите,бронхите.**

286 Корень алтея лекарственного - 1ч.; трава тимьяна обыкновенного - 1ч.
Две столовые ложки смеси залить стаканом кипятка. Настоять 30 мин. Процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день после еды при **кашле,коклюше,бронхите,бронхиальной астме.**

287 Лист земляники лесной - 2ч.; лист шалфея лекарственного - 2ч.; лист мелиссы - 2ч.; трава тимьяна обыкновенного - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка. Настоять 30 мин. Процедить. Принимать по 1/4 стакана четыре раза в день после еды при **кашле,трахеите,бронхите,бронхиальной астме.**

К Л И М А К С

288 Трава полыни горькой - 1ч.; лист мяты перечной 1ч.;плоды фенхеля обыкновенного - 2ч.; кора крушины ломкой - 3ч.
Две столовые ложки смеси залить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин., процедить. Принимать по стакану 2р. в день (утром и вечером) при климактерическом синдроме.

289 Трава тимьяна ползучего - 1ч.;трава душицы обыкновенной - 1ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1ч.; трава полыни горькой- 2ч.; лист шалфея лекарственного - 2ч.;почки сосны лесной- 2ч.;корневище аира болотного- 1ч.
10 столовых ложек смеси залить 3л кипящей воды, прокипятить 30 мин. Охладить 30 мин. Процедить. Использовать для общих ванн 2р. в неделю. Длительность процедуры -15 мин. (при климактерическом синдроме).

290 Цветки терна - 1ч.;трава фиалки трехцветной 1ч.; лист ореха грецкого - 1ч.; корневище первоцвета лекарственного - 1ч.;корень аниса дикого -1ч.; кора крушины ломкой -3ч.
Две столовые ложки смеси залить на ночь в термосе двумя стаканами кипятка. Процедить. Принимать настой в течение дня глотками при климактерическом синдроме.

К О Ж Н Ы Е   С Ы П И

291 Корень солодки голой - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0;кора крушины ольховидной- 20,0; корень лопуха большого - 20,0; корень одуванчика лекарственного -20,0.
Приготовление: см. 037. Принимать в виде горячего настоя по 1/2 - 2/3 стакана за 30 мин. до еды 3р. в день для повышения функций пищеварительных органов и почек при кожных болезнях.

292 **Цветки ромашки аптечной - 50,0; трава донника лекарственного - 50,0.**
Применять в виде кашицеобразной массы, завернутой в ткань: в горячем виде прикладывать к больному месту для примочек как мягчительное средство.

293 **Плоды грецкого ореха незрелые - 20,0.**
Измельчить сырье, залить стаканом кипятка, прокипятить 5 мин. и настоять до охлаждения. Выпить в течение дня в три приема.

294 **Сок сельдерея - 50,0; уксус столовый - 50,0; соль поваренная - 2,0.**
Примочки при воспалении кожи.

295 **Кора дуба обыкновенного - 1ч.; корневище аира болотного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, прокипятить на водяной бане 10 мин. Употреблять для компрессов и ванн при воспалении кожи,мокнущих сыпях.

296 **Трава хвоща полевого - 1ч.;трава череды трехраздельной - 1ч.; лепестки цветков шиповника - 1ч.;цветки календулы лекарственной 1ч.;лист ежевики сизой - 1ч.;кора дуба обыкновенного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, прокипятить на водяной бане 10 мин., настоять два часа. Применять в виде примочек и обмываний при воспаленной коже, сыпях.

При различных сыпях, угрях, воспалении конъюктивы глаз и т.д. обмывают пораженные поверхности концентрированным настоем (2-3 столовые ложки сырья на стакан воды) листьев подорожника большого, травы череды трехраздельной или корней лопуха большого.

Одновременное употребление менее концентрированных настоев этих трав внутрь способствует более быстрому выздоровлению. К ним можно добавить календулу, девясил (по десертной ложке). Местное применение облепихового масла (наряду с приемом внутрь) при долго незаживающих ранах ускоряет процессы их заживания.

При кожных заболеваниях целесообразно использовать горячие ванны с настоем листьев подорожника, корней девясила, травы череды трехраздельной, корней или листьев лопуха большого, сенной трухи. На ванну берут 100 - 200г растения, предварительно настояв его и процедив настой.

Втирание свежего чесночного сока в бородавки дает положительный эффект.

При рожистом воспалении кожи показаны общие теплые ванны (хвойная или с чередой). Нельзя прикладывать на больное место мазевые повязки.

КОЛИТЫ, ЭНТЕРОКОЛИТЫ

297 **Соплодия ольхи серой -30,0; корневище лапчатки прямостоячей- 30,0;корень крапивы жгучей- 30,0.**
50г смеси настоять 10-12ч. в 1л холодной воды, прокипятить 10-12мин.; процедить. Стакан горячего настоя выпить натощак, остальное - в течение дня за четыре приема при хроническом колите.

298 **Корневище лапчатки прямостоячей - 20,0; цветки ромашки аптечной - 20,0; лист крапивы двудомной 20,0; лист черники обыкновенной -20,0; лист мяты перечной - 20,0.**
Столовую ложку смеси прокипятить 20-25мин. в стакане воды, настоять 20 мин. и процедить. Принимать по стакану 2-3р. в день при колите.

299 **Лист полыни горькой - 20,0; лист шалфея лекарственного- 20,0;**

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять25-30мин., процедить. Принимать по столовой ложке каждые два часа при колитах.

300 Лист мяты перечной - 2ч.; цветки ромашки аптечной - 6ч.; плоды фенхеля обыкновенного 1ч.; корневище с корнями валерианы лекарственной - 1ч..
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 20-30 мин. и процедить. Принимать по стакану 1-2р. в день при хроническом колите.

301 Лист мяты перечной - 1ч.;лист крапивы двудомной 1ч.; цветки ромашки аптечной - 1ч.;плоды черники обыкновенной - 1ч.
Столовую ложку смеси залить на ночь в термосе стаканом кипятка. Процедить. Принимать по стакану 2-3р. в день при хроническом колите.

302 Лист земляники лесной - 6ч.;лист мелиссы лекарственной - 3ч.; трава чебреца - 1ч.; плоды тмина обыкновенного - 1ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять два часа, процедить. Принимать по 1/3 - 1/2 стакана 3р. в день до еды при гастроэнтеритах.

303 Цветки ромашки аптечной - 1ч.; соплодия ольхи серой - 1ч.; плоды фенхеля обыкновенного - 1ч.; плоды аниса обыкновенного - 1ч.; корневище с корнем валерианы лекарственной - 1ч.; плоды черемухи обыкновенной - 1ч.; корневище горца змеиного-1ч.;трава зверобоя продырявленного -1ч., корневище кровохлебки лекарственной - 1ч.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин.Процедить. Принимать по 1/3 - 1/4 стакана 3раза в день до еды при энтеритах.

При хроническом колите и хроническом энтероколите рекомендуется ежедневно пить отвар плодов шиповника.

МОЧЕГОННЫЕ СБОРЫ

304 **Цветки бузины черной - 25,0; цветки ромашки аптечной - 25,0; цветки липы сердцевидной - 25,0; трава мяты перечной - 25,0.**
Готовить сбор как 037.Принимать в виде горячего настоя по стакану два-три раза в день как **мочегонное и потогонное средство.**

305 **Лист брусники обыкновенной - 20,0; плоды аниса обыкновенного - 20,0; лист мать-и-мачехи - 20,0;цветки липы сердцевидной - 20,0; плоды малины обыкновенной - 20,0.**
Готовить сбор как 100.Принимать в виде горячего отвара на ночь по одному-два стакана как **мочегонное и потогонное средство.**

306 **Лист березы повислой - 50,0; трава хвоща полевого - 50,0.**
Готовить сбор как 037.Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

307 **Плоды можжевельника обыкновенного - 40,0; трава хвоща полевого - 40,0;лист березы повислой - 20,0.**
Готовить сбор как 037. Принимать по две-три столовых ложки до еды три-четыре раза в день.

308 **Плоды можжевельника обыкновенного - 60,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; корень солодки голой - 20,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по 1/3-1/4 стакана три раза в день как **мочегонное средство.** Противопоказано при беременности и острых воспалительных процессах в почках и мочевыводящих путях.

309 Цветки календулы лекарственной - 20,0; трава крапивы двудомной - 10,0; корень стальника полевого - 15,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 10,0;трава хвоща полевого - 10,0; лист березы повислой - 15,0.
Приготовление: см. 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана настоя три-четыре раза в день как мочегонное и противовоспалительное средство при хронических воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

310 Лист березы повислой - 50,0; плоды шиповника коричного - 25,0; корень стальника полевого - 25,0.
Приготовление: см. 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана настоя три раза в день как мочегонное средство при сердечно-сосудистой недостаточности,асците.

311 Трава горца птичьего - 50,0; трава хвоща полевого - 25,0.
Столовую ложку смеси настоять 6 часов в стакане холодной воды, варить 5-7 мин., процедить. Принимать по стакану в день. Мочегонное. Противопоказано при острых воспалениях почек и мочевыводящих путей.

312 Семена фенхеля обыкновенного - 25,0; плоды можжевельника обыкновенного - 25,0.
Приготовление: см. 311. Принимать по стакану в день как мочегонное.

313 Лист мелиссы лекарственной - 15,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 15,0; трава лапчатки гусиной - 45,0; трава руты душистой - 45,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 15 мин. на малом огне и процедить.Выпить теплым в один прием при затрудненном мочеиспускании, спазмах мочевого пузыря.

314 **Створки плодов фасоли - 40,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по стакану три раза в день как мочегонное при водянке, возникшей на почве заболевания почек.

315 **Плоды конопли посевной - 20,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по одной-две столовых ложки три раза в день.

316 **Плоды смородины черной - 100,0.**
Столовую ложку плодов заварить как чай стаканом кипятка и принимать по 1/2 стакана три раза в день.

317 **Плоды рябины обыкновенной - 15,0.**
Приготовление: см. 037.Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день.

318 **Лист березы бородавчатой - 1ч.; плоды можжевельника - 1ч.; корень одуванчика лекарственного - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день за 15-20 мин. до еды.

Необходимо помнить, что все сборы, в состав которых входят плоды можжевельника обыкновенного, противопоказаны при острых воспалительных заболеваниях почек.

Кроме того, как мочегонное средство рекомендуется применять следующие растения:

319 **Береза белая. Почки и листья.**
3-4 г сухих почек или 6-8 г сухих листьев залить 0,5 л кипятка, прокипятить 15-20 мин. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

320 **Брусника. Плоды в любом виде.**

Листья: 20 г сухих листьев залить стаканом кипятка, настоять 20 мин. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день.

321 Липа сердцевидная.

Цветки: две столовых ложки сухих цветков залить двумя стаканами кипятка, настоять 20-30 мин. Пить как чай в горячем виде.

322 Земляника лесная. Листья и плоды.

20 г сухого измельченного сырья залить стаканом кипятка, прокипятить 5-10 мин., настоять два часа. Принимать по столовой ложке три раза в день.

Свежие плоды в любом виде.

323 Душица обыкновенная.

Трава: две чайные ложки сухой измельченной травы залить стаканом кипятка и настоять 20 мин. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день за 20-30 мин. до еды в теплом виде.

324 Медуница лекарственная.

10 г сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, заварить на 20 мин. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день.

325 Полынь горькая.

Настойка (аптечный препарат): по 10 капель два-три раза в день до еды.

Настой: чайная ложка сухой измельченной травы на два стакана кипятка, настоять два-три часа. Принимать по 1/4 стакана три раза в день за 30 мин. до еды.

326 Тимьян ползучий.

15 г сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, запарить на 30 мин. Прини-

мать по столовой ложке два-три раза в день.

327 **Плоды рябины обыкновенной.**
В любом виде, сироп из ягод.

НАРУШЕНИЕ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

328 **Трава зверобоя продырявленного - 1ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 1ч.; плоды можжевельника обыкновенного - 1ч.; корневище солодки голой - 1ч.**
Две столовых ложки смеси залить двумя стаканами кипятка и прокипятить на водяной бане 20-30 мин., процедить. Принимать вечером два стакана в теплом виде для **стимуляции менструаций.**

329 **Трава горца перечного - 1ч.; лист крапивы - 1ч.**
Две столовых ложки смеси залить двумя стаканами кипятка, настоять 30 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при **обильных менструациях.**

330 **Плоды петрушки огородной - 2,0; трава руты душистой - 1,0.**
Смесь залить 1,5 стакана воды, прокипятить 10 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана два раза в день при **задержке менструации.**

331 **Трава руты душистой - 20,0; кора крушины ломкой - 20,0; лист розмарина лекарственного - 70,0.**
Столовую ложку сбора заварить в стакане кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Принимать по два стакана в день в течение восьми дней при **задержке менструации.**

332 **Соцветия клевера лугового - 50,0.**

Три столовые ложки заварить в стакане кипятка, настоять до охлаждения и пить как чай при **болезненных менструациях и маточных** кровотечениях.

333 **Лист малины обыкновенной - 50,0.**
Четыре чайные ложки заварить двумя стаканами кипятка, настоять до охлаждения, процедить и пить по 1/2 стакана четыре раза в день при **обильных менструациях.**

334 **Цветки донника лекарственного - 35,0; трава золототысячника обыкновенного - 35,0;цветки мать-и-мачехи обыкновенной -35,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, проварить 15 мин., процедить. Принимать по 1/3 стакана шесть раз в день при **воспалении яичников.**

НЕВРАСТЕНИЯ

335 **Лист мяты перечной - 30,0; трава пустырника пятилопастного - 30,0; корневище валерианы лекарственной - 20,0;шишки хмеля обыкновенного - 20,0.**

10 г смеси залить стаканом кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 15 мин., охлаждать 45 мин., процедить, сырье отжать, довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при **нервном возбуждении,раздражительности, бессоннице.**

336 **Корневище валерианы лекарственной- 25,0; трава пустырника пятилопастного - 25,0; плоды тмина обыкновенного - 25,0; плоды фенхеля обыкновенного - 25,0.**
Принимать как сбор **335 при нервном возбуждении и учащенном сердцебиении.**

337 Лист мяты перечной - 20,0; трава полыни горькой - 20,0;плоды фенхеля обыкновенного- 20,0; цветки липы сердцевидной - 20,0; кора крушины ольховидной - 20,0.
Готовить как сбор 037. Принимать по стакану утром и вечером при климактерическом неврозе.

338 Цветки ромашки аптечной - 20,0; корневище с корнями валерианы лекарственной - 15,0; лист мяты перечной - 15,0.
Столовую ложку сбора залить 0,5 л воды, прокипятить 10 мин. и процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день для лечения неврозов.

339 Корневище с корнями валерианы лекарственной - 10,0; лист крапивы двудомной - 10,0; плоды тмина обыкновенного - 10,0; плоды укропа огородного - 10,0.
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 10-15 мин. и процедить. Принимать по 1/2 стакана два раза в день для лечения неврозов.

340 Корневище валерианы лекарственной - 30,0; лист пустырника пятилопастного - 30,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; плоды аниса обыкновенного - 20,0.
Готовить как сбор 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана два-три раза в день при болях в сердце.

341 Трава тимьяна ползучего - 10,0; трава ясменника душистого - 20,0;трава пустырника пятилопастного - 20,0; трава сушеницы болотной - 15,0; лист ежевики сизой - 25,0.
Всю смесь залить 1 л кипятка, настоять три часа в теплом месте, процедить. Весь настой выпить в течение дня горячим при истерии, неврастении.

342 Соплодия хмеля обыкновенного - 20,0; лист мяты перечной - 20,0;лист мелиссы лекарственной - 20,0; корни девясила высокого - 20,0; трава донника лекарственного - 20,0.
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 мин. и процедить. Принимать по 1/2 стакана два раза в день для лечения неврозов.

ОБЛЫСЕНИЕ

343 Трава вереска обыкновенного - 25,0; корень лопуха войлочного - 25,0; корень крапивы двудомной - 25,0;шишки хмеля обыкновенного- 25,0.
Всю смесь залить 3 л кипятка, прокипятить 25 мин., настоять 15 мин. и процедить. Теплым отваром мыть голову три раза в неделю при выпадении волос.

344 Кора ивы белой - 25,0; корень лопуха войлочного - 25,0.
Из всей смеси приготовить отвар, которым мыть голову три раза в неделю при выпадении волос.

345 Кора дуба черешчатого - 30,0;кора ивы белой- 30,0; трава тимьяна ползучего - 30,0.
Четыре столовых ложки смеси проварить 20 мин. в 1 л воды, процедить. Теплый раствор использовать для втирания в кожу головы при выпадении волос.

346 Цветки календулы лекарственной - 10,0; шишки хмеля обыкновенного - 15,0; корень лопуха войлочного - 20,0.
Всю смесь залить 1 л кипятка, прокипятить 15-20 мин., настоять 15 мин. и процедить. Теплым отваром мыть голову два раза в неделю при выпадении волос.

347 **Корень лопуха войлочного - 20,0; корневище аира болотного - 20,0; шишки хмеля обыкновенного - 40,0.**

Всю смесь залить 3-4 л кипятка, прокипятить 25-30 мин., настоять 15 мин. и процедить. Теплым отваром мыть голову два раза в неделю при **выпадении волос**.

348 **Семена горчицы сизой - 3ч.; листья шалфея лекарственного - 2ч.**

Две столовых ложки смеси залить 0,5 л кипяченой воды комнатной температуры и настоять 20 мин. Принимать в виде компрессов для улучшения снабжения кожи кровью при **выпадении волос**.

Для укрепления волосяных луковиц, при появлении перхоти, сухости кожи рекомендуется втирать в кожу головы касторовое или репейное масло, натирать кожу свежей луковицей на ночь с последующим мытьем головы детским или содержащим хну мылом. Неплохо два-три раза в неделю ополаскивать голову настоем крапивы двудомной и мать-и-мачехи (по три столовых ложки каждой травы залить 1 л крутого кипятка, настоять 1 час, процедить), предварительно обмыв волосы дегтярным мылом или яичным желтком. Не вытирая, дать высохнуть.

Для укрепления волос кроме указанных средств рекомендуются извлечения из мыльнянки лекарственной, крапивы двудомной, сок березы повислой, а также эфирное масло березовых почек, которое стимулирует рост волос. Полезно также мыло, содержащее березовый или можжевеловый деготь.

ОБМОРОЖЕНИЕ

349 **Кора дуба черешчатого - 100,0.**

Две столовых ложки коры заварить в 0,5 л кипятка, настоять. Теплым использовать для **ванн и компрессов**.

350 **Цветки ромашки аптечной - 100,0.**
Столовую ложку цветков залить стаканом кипятка, настоять 20 мин. в теплом месте, процедить. Использовать для **ванн,компрессов, примочек.**

351 **Лист грецкого ореха - 50,0; цветки ромашки аптечной - 50,0.**
Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20 мин. в теплом месте, процедить. Использовать для **компрессов.**

352 **Трава (или солома) овса посевного - 100,0.**
30 г измельченного сырья залить 1 л кипятка, прокипятить 5 мин. и настоять до охлаждения, процедить. Настой используют для обмываний, примочек, компрессов при **обморожениях, различных кожных заболеваниях.**

353 **Свежие плоды яблони лесной - 100,0.**
Кашицей из плодов **лечат обморожения, ожоги, длительно незаживающие раны и язвы, трещины сосков, воспаления кожи.**

О Ж И Р Е Н И Е

354 **Кора крушины ломкой - 50,0; корень стальника пашенного - 15,0; корень одуванчика лекарственного - 15,0.**
Столовую ложку сбора прокипятить 30 мин. в стакане воды. Принимать по 50 мл два-три раза в день. Курс лечения - две недели.

355 **Кора крушины ломкой - 15,0; трава тысячелистника обыкновенного - 10,0; плоды можжевельника обыкновенного - 5,0.**
Две столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, прокипятить 30 мин. и процедить. Принимать по стакану три раза в день.

356 **Лист мяты перечной - 20,0; цветки бузины черной - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного- 15,0; цветки ромашки аптечной - 15,0; цветки липы мелколистной - 15,0.**
Приготовление: см. 037. Принимать по стакану два-три раза в день.

357 **Кора крушины ломкой - 60,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; корни одуванчика лекарственного - 20,0; плоды петрушки огородной - 20,0; лист мяты перечной - 20,0.**
Две столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, прокипятить 30 мин., процедить. Выпить утром до еды.

358 **Кора крушины ломкой - 50,0;корень любистка лекарственного - 50,0; корень стальника полевого - 15,0; корень одуванчика лекарственного - 15,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 25-30 мин., настоять 20 мин. и процедить.Принимать по стакану два-три раза в день.

359 **Трава зверобоя продырявленного - 50,0; трава тысячелистника обыкновенного - 50,0.**
Две столовые ложки смеси прокипятить 15-20 мин. в 0,5 л воды, процедить. Принимать по 1 стакану за три-четыре приема.

360 **Кора крушины ломкой - 2ч.; трава тысячелистника обыкновенного - 2ч.;плоды можжевельника обыкновенного - 1ч.; кукурузные рыльца - 5ч.**
Две столовые ложки смеси залить на ночь в термосе 0,5 л кипятка, процедить. Принимать в три приема перед едой.

При ожирении различного происхождения разрешены овощные супы с использованием капусты

белокочанной и цветной, моркови, зеленого горошка, тыквы, кабачков, в небольшом количестве картофеля; блюда и гарниры из овощей, содержащих углеводы в малом количестве: все виды капусты, кабачки, огурцы, патиссоны, салат, спаржа, томаты, ревень черешковый, стручковая фасоль, редис. Рекомендуется ежедневное употребление ягод крыжовника (по 100,0г два-три раза в день до еды), отвар плодов шиповника.

Не следует употреблять сырую капусту, бобовые, которые вызывают вздутие живота в результате скопления газов.

ОЖОГИ

361 Мякоть тыквы обыкновенной - 100,0.
Прикладывать на место ожога, воспалительного процесса, экземы. Результаты при этом всегда положительные.

362 Лист плюща обыкновенного - 50,0.
Столовую ложку сухих измельченных листьев залить 0,5 л кипятка, проварить 10 мин., процедить. Настой используют для примочек при лечении ран и ожогов.

363 Кора дуба обыкновенного - 100,0.
40 г измельченной коры залить стаканом кипятка, прокипятить 10 мин., настоять до охлаждения, процедить. Отвар используют для примочек.

364 Жирное масло семян облепихи крушиновидной - 100,0.
На очищенную от некротических тканей раневую поверхность нанести пипеткой облепиховое масло и наложить повязку. Ранозаживляющее средство.

365 Лист земляники лесной - 100,0.

100 г. сухих измельченных листьев залить 1 л кипятка, настоять до охлаждения. Настой использовать для промывания мокнущих и кровоточащих ран при **гнойных воспалениях ротовой полости и горла**.

366 Трава вероники лекарственной - 100,0.
20 г сухого измельченного сырья залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Настой использовать для обмываний и местных ванн при **различных заболеваниях кожи - ожогах, ранениях, высыпаниях, гнойниках, угрях, грибковых заболеваниях**.

П Н Е В М О Н И Я

367 **Листья мать-и-мачехи - 30,0; трава багульника болотного - 30,0;цветки ромашки аптечной - 30,0; трава зверобоя продырявленного - 15,0; трава душицы обыкновенной - 15,0; листья березы бородавчатой - 15,0.**

Две столовых ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, настоять 30 мин. и процедить. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день после еды.

368 **Плоды аниса обыкновенного - 15,0; почки сосны обыкновенной - 15,0; корни солодки голой - 15,0; листья шалфея лекарственного-15,0; трава тимьяна ползучего - 15,0; листья мать-и-мачехи - 15,0; корни алтея лекарственного - 15,0.**

20 г сбора залить200 мл воды, нагреть на кипящей бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить и добавить кипяченой воды до первоначального объема.Принимать по 1/4-1/3 стакана три-четыре раза в день.

369 **Трава фиалки трехцветной - 30,0;слоевище цетрарии исландской - 30,0;трава тимьяна ползучего - 30,0; корни солодки голой - 15,0; трава зверобоя продырявленного - 15,0; лист шалфея лекарственного - 15,0; листья березы бородавчатой - 15,0; корни лопуха большого-15,0.**

Столовую ложку сбора залить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин. и процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день.

370 **Листья мать-и-мачехи - 20,0; трава душицы обыкновенной - 20,0; корни алтея лекарственного - 20,0; почки сосны обыкновенной -20,0; листья кипрея узколистного - 10,0;**

плоды можжевельника обыкновенного – 10,0; трава багульника болотного – 10,0; трава зверобоя продырявленного – 10,0.
Две столовых ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, настоять 20 мин. и процедить. Принимать по 1/4 стакана три-четыре раза в день.

П С О Р И А З

371 Трава череды трехраздельной – 15,0; цветки бузины черной – 10,0; трава зверобоя продырявленного – 15,0; трава чистотела большого – 5,0; корень девясила высокого – 10,0; корневище аира болотного – 15,0; кукурузные рыльца – 10,0; лист брусники обыкновенной – 10,0; трава хвоща полевого – 10,0.
Приготовление как 037. Принимать по 1/2 стакана настоя утром и вечером после еды при псориазе.

372 Корень алтея лекарственного – 100,0.
6,5 г сухого измельченного корня залить 100 мл воды комнатной температуры, настоять 1час. Принимать по столовой ложке через каждые два часа.

373 Лист лавра благородного – 100,0.
20 г сухих листьев залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 10 мин., процедить и выпить в течение дня за три приема (курс лечения пять-семь дней).

374 Споры плауна булавовидного – 50,0.
Столовую ложку сырья залить стаканом холодной воды, прокипятить , помешивая ложкой, 15 мин., процедить. Принимать по столовой ложке через каждый час.

375 **Трава череды трехраздельной - 100,0.**
Приготовление: см. 100. Отвар принимать по две-три столовых ложки три раза в день. Одновременно наружно можно применять 2,5-3% мазь из экстракта череды (готовить на 70% спирте в отношении /1:1/на смеси /в отношении 1:1/ ланолина с вазелином). Мазь втирать в пораженные места кожи раз в день.

ПОЧЕЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

376 **Трава хвоща полевого - 25,0; трава зверобоя продырявленного - 25,0;трава тысячелистника обыкновенного - 20,0;лист черники обыкновенной - 20,0; створки плодов фасоли обыкновенной - 20,0.**
Столовую ложку сырья залить стаканом холодной воды, настоять 6 часов, прокипятить 15 мин.,процедить. Принимать по стакану в день при **уратных камнях.**

377 **Плоды можжевельника обыкновенного - 20,0; плоды шиповника собачьего - 20,0; лист березы бородавчатой - 20,0.**
Чайную ложку смеси залить стаканом холодной воды, настоять 10 часов, прокипятить 5-7 мин.,процедить. Выпить глотками в течение дня.

378 **Лист толокнянки обыкновенной - 10,0; трава хвоща полевого - 10,0;корень солодки голой-10,0; семена тмина обыкновенного - 20,0; плоды можжевельника обыкновенного - 20,0.**
Столовую ложку смеси заварить как чай в стакане кипятка, остудить и процедить. Принимать по стакану один-два раза в день.

369 **Лист мяты перечной - 5,0; лист крапивы двудомной - 5,0; корневище аира болотного - 5,0; трава хвоща полевого - 15,0; цветки**

бузины черной - 15,0; плоды шиповника собачьего - 15,0; плоды можжевельника обыкновенного - 15,0; цветки липы сердцевидной 15,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 15-20 мин., настоять 15 мин. и процедить. Принимать по стакану перед завтраком и ужином.

380 **Корень солодки голой - 25,0; лист брусники обыкновенной -25,0;лист березы бородавчатой - 35,0; трава копытня европейского - 15,0.**
Столовую ложку смеси заварить как чай в стакане кипятка и процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

381 **Корень любистка лекарственного - 30,0; плоды можжевельника обыкновенного - 30,0; корень стальника полевого - 30,0.**
Приготовление и применение: см. 380.

382 **Корень стальника полевого - 30,0;корневище пырея ползучего - 40,0; семена льна полезнейшего - 50,0.**
Четыре столовых ложки смеси прокипятить 20-25 мин. в 1 л воды, настоять 30 мин. и процедить. Выпить за несколько приемов в течение дня.

383 **Трава зверобоя продырявленного - 30,0; трава тимьяна ползучего - 30,0;трава чистотела большого - 30,0.**
Приготовление и применение: см. 382.

384 **Трава донника лекарственного - 5,0; трава лапчатки гусиной - 10,0; лист березы бородавчатой - 10,0; трава хвоща полевого - 15,0.**
Две столовых ложки смеси залить 1,5 стаканами кипятка, настоять четыре-пять часов.

Принимать по столовой ложке четыре раза в день.

385 **Трава душицы обыкновенной - 5,0; лист мать-и-мачехи - 5,0; корень алтея лекарственного - 20,0.**
Две чайные ложки смеси залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

386 **Лист и корни крапивы двудомной - 50,0; корень солодки голой - 30,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Выпить за три приема в течение дня при **почечнокаменной болезни с нефритом**.

387 **Трава чистотела большого - 30.0; трава душицы обыкновенной - 20,0; кора барбариса обыкновенного - 20,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. Принимать по стакану три раза в день при **мочекислых камнях**.

388 **Лист брусники обыкновенной - 40,0;лист смородины черной - 60,0; трава земляники лесной - 100,0.**
Всю смесь залить 1 л кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Принимать по стакану три раза в день.

389 **Трава фиалки трехцветной - 30,0; трава хвоща полевого - 30,0;трава зверобоя продырявленного - 25,0;трава одуванчика лекарственного - 25,0; корень крушины слабительной - 25,0.**
Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 30 мин., процедить. Принимать по стакану три раза в день при **фосфатных и карбонатных камнях**.

390 Плоды можжевельника обыкновенного - 10,0; кора крушины ломкой - 20,0; трава горца птичьего - 170,0.
50г смеси залить 1 л кипятка, настоять до охлаждения. Принимать по два-три стакана в день при почечно- и желчнокаменной болезнях.

391 Лист черники обыкновенной - 30,0; лист толокнянки обыкновенной - 30,0; кукурузные столбики с рыльцами - 30,0; створки плодов фасоли обыкновенной - 50,0.
Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять до охлаждения. Принимать по стакану три раза в день при фосфатных и карбонатных камнях и щелочной реакции мочи.

392 Трава горца птичьего - 150,0; лист мяты перечной - 20,0;цветки вереска обыкновенного-20,0.
Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 10-12 часов в теплом месте, прокипятить 5-7 мин., остудить и процедить. Принимать по столовой ложке несколько раз в день при щавелевокислых камнях.

393 Цветки коровяка скипетровидного - 30,0; цветки липы сердцевидной - 40,0; лист земляники лесной - 60,0.
Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 30 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана два-три раза в день при почечнокаменной болезни с воспалением мочевого пузыря.

394 Лист смородины черной - 100,0; лист земляники лесной - 60,0; цветки коровяка скипетровидного - 30,0;цветки липы сердцевидной-40,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 20-25 мин.,процедить. Принимать

по 1/2 стакана два-три раза в день после еды при **почечнокаменной болезни и цистите.**

395 **Корень ясеня высокого - 30,0; лист брусники обыкновенной - 10,0;трава душицы обыкновенной - 10,0;шишки хмеля обыкновенного- 5,0.**
Всю смесь залить 1 л воды и прокипятить 25-30 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день при **остром и хроническом пиелонефрите.**

396 **Трава зверобоя продырявленного - 40,0; трава бессмертника песчаного - 40,0; цветки календулы лекарственной 40,0; трава цикория обыкновенного - 30,0;кора крушины ломкой - 30,0; трава спорыша - 20,0; цветки ромашки аптечной - 10,0.**
20 г смеси залить стаканом холодной воды, настоять 10-12 часов, прокипятить 5-7 мин., настоять 20-25 мин., процедить. Выпить в течение дня при **солевом диатезе.**

РАНЫ ГНОЙНЫЕ

397 **Трава хвоща полевого - 30,0; цветки ромашки аптечной - 30,0; трава зверобоя продырявленного - 40,0.**
Принимать внутрь в виде отвара по 1/3-1/2 стакана три раза в день или использовать для приготовления компрессов при **лечении труднозаживающих ран.**

При ранениях, ожогах, нарывах, ссадинах к пораженному месту можно прикладывать свежие листья подорожника или лопуха, свекольный лист. Кашицу из листьев лопуха, подорожника или одуванчика накладывать на место укуса змей, животных, насекомых. Издавна гнойные незаживающие раны лечили повязками со свежим морковным

соком: в течение дня слои повязки, прилегающие к ранам, нужно смачивать соком два-три раза. На другой день повязку поменять.

398 **Цветки ромашки аптечной - 5,0;листья шалфея лекарственного - 5,0; листья вербены лекарственной - 10,0; кора дуба черешчатого - 10,0; трава хвоща полевого - 10,0.**
Всю смесь прокипятить 15 мин. в 1 л воды, процедить. Теплый отвар использовать для примочек или промывания ран и трофических язв несколько раз в день.

399 **Трава хвоща полевого - 10,0; кора дуба черешчатого - 10,0; трава медуницы лекарственной - 15,0.**
Всю смесь залить одним-двумя стаканами кипятка, довести до кипения, процедить. Теплый отвар использовать для промывания гнойных ран и трофических язв.

400 **Листья грецкого ореха - 20,0; листья земляники лесной - 20,0; трава череды трехраздельной - 20,0;трава фиалки трехцветной- 20,0.**
50г смеси залить 1 л кипятка, настоять 30 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана пять-шесть раз в день при гнойничковых заболеваниях кожи.

401 **Листья шалфея лекарственного - 5,0; трава вербены лекарственной - 10,0;трава хвоща полевого - 10,0; цветки ромашки аптечной - 5,0; лепестки розы - 10,0; кора дуба черешчатого - 10,0.**
Весь сбор залить 1 л кипятка, настоять 30 мин., процедить и использовать в качестве ранозаживляющих примочек.

Кроме того, можно использовать наружно для

лечения ран, язв, некрозов, ожогов, отморожений, воспалительных процессов следующие растения:

402 **Листья березы белой - 100,0.**
10 г сухих измельченных листьев залить стаканом кипятка, запарить на три-четыре часа. Применять в виде примочек.

403 **Цветки календулы лекарственной - 100,0.**
10 г цветков залить 1/2 стакана кипятка, настоять 30 мин. Применять в виде примочек. Настойка (аптечный препарат): чайная ложка на стакан воды. Наружно в виде примочек.

404 **Мать-и-мачеха.**
Свежие листья прикладывать к месту поражения.

405 **Трава череды трехраздельной - 100,0.**
Три столовые ложки сырья залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 10 мин., настоять 1 час. Наружно в виде примочек.

406 **Облепиха крушиновидная.**
Масло под повязку и для смазывания пораженного места.

407 **Кора дуба черешчатого - 100,0.**
20 г сырья залить 1/2-1 стаканом воды, прокипятить 15-20 мин., настоять 1 час. Наружно, примочки.

408 **Трава чистотела большого - 100,0.**
1-1,5 столовых ложки травы залить стаканом кипятка, настоять четыре часа. Наружно.

409 **Листья эвкалипта шарикового - 100,0.**
Две столовые ложки сырья залить стаканом воды, прокипятить 5 мин. Наружно.

410 **Трава марьянника дубравного - 100,0.**
Три столовые ложки травы залить 1 л кипятка, настоять два часа, процедить. Настой применять для **обмываний и местных ванн** при **лечении ран, экземы, туберкулеза кожи, диатезов у детей.**

411 **Корневище горца змеиного - 50,0.**
Принимать по 3-5 г порошка корневища три раза в сутки в течение нескольких дней при **укусе бешеными животными** (детям соответственно меньше). Для этой же цели можно использовать отвар корневищ: 8,0 сырья на 200,0 воды. Кипятить до тех пор, пока объем отвара уменьшится до 120,0. Принимать по 1 столовой ложке через два часа.

СТЕНОКАРДИЯ

412 **Плоды укропа душистого - 50,0.**
Чайную ложку измельченных плодов залить 300 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана три раза в день как профилактическое средство.

413 **Трава астрагала шерстистоцветкового - 100,0.**
10 г сухой измельченной травы залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по две-три ложки два-три раза в день в течение трех-четырех недель.

414 **Трава горицвета весеннего - 100,0.**
10 г сухой измельченной травы залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Принимать по столовой ложке три-пять раз в день при **сердечной недостаточности**. Детям - по 1/2-1 чайной и десертной ложке три-пять раз в день.

415 **Трава лапчатки гусиной - 100,0.**
Две-четыре ложки сырья залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по 1/3 стакана три раза в день до еды при **стенокардии, мигрени.**

416 **Трава пустырника сердечного - 100,0.**
15 г сырья залить стаканом кипятка и настоять до охлаждения. Принимать по столовой ложке три-четыре раза в день до еды при **стенокардии, миокардите, кардионеврозе.**

УГРИ ОБЫКНОВЕННЫЕ

417 Лист шалфея лекарственного - 25,0; лист мелиссы лекарственной - 25,0; лист березы бородавчатой - 25,0; лист крапивы двудомной - 25,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 15-20 мин., процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

418 **Корень девясила высокого - 30,0; трава зверобоя продырявленного - 30,0.**
Две столовые ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 20-30 мин, настоять 15 мин., процедить. Принимать по стакану три раза в день.

419 **Лист шалфея лекарственного - 25,0; лист крапивы двудомной - 25,0;лист березы повислой - 25,0.**
Две столовые ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 15-20 мин., и процедить. Принимать по стакану два раза в день утром и вечером.

420 **Трава хвоща полевого - 1ч.; цветки липы сердцевидной - 1ч.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипят-

ка, настоять 30 мин., процедить. Тампонами, смоченными настоем, протирать лицо при жирной коже и угревой сыпи.

421 **Трава череды трехраздельной - 10,0; лист грецкого ореха - 5,0;трава фиалки трехцветной - 20,0; корень лопуха большого -15,0; цветки яснотки белой - 10,0; цветки тысячелистника обыкновенного - 10,0; лист смородины черной - 10,0; лист земляники лесной- 15,0.**
20 г смеси залить 1 л сырой воды и прокипятить на слабом огне 10 мин. Пить каждый час по 30 г, детям - по столовой ложке при кожных заболеваниях, золотухе, рахите.

ХОЛАНГИТ, ХОЛЕЦИСТИТ

422 **Трава золототысячника малого - 30,0; корневище аира болотного - 30,0;цветки бессмертника песчаного - 30,0.**
Чайную ложку смеси залить двумя стаканами воды, настоять 10-12 часов в теплом месте, прокипятить 5-7 мин. и процедить. Один стакан выпить натощак, остальное - в течение дня за четыре приема через час после еды.

423 **Трава лапчатки гусиной - 100,0.**
Столовую ложку травы заварить стаканом кипятка как чай, процедить. Принимать по одному-два стакана в день.

424 **Лист мелиссы лекарственной - 30,0; трава золототысячника малого - 30,0; трава полыни горькой - 25,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 20 мин., настоять 10 мин. и процедить. Принимать по стакану три раза в день.

425 Лист вахты трехлистной - 15,0; цветки ромашки аптечной - 15,0; трава золототысячника малого - 15,0; трава спорыша - 15,0; корень одуванчика лекарственного - 40,0; трава зверобоя продырявленного - 40,0.
Три чайные ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 7-10 мин., процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

426 Кора крушины ломкой - 20,0; корень цикория обыкновенного - 40,0; корень одуванчика лекарственного - 40,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 25-30 мин., процедить. Принимать по стакану вечером.

427 Цветки бессмертника песчаного - 20,0; трава тысячелистника обыкновенного - 20,0; трава полыни горькой - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; лист мяты перечной - 20,0.
Приготовление: см. 037. Принимать по 1/2 стакана настоя четыре раза в день за 15 мин. до еды при гепатите, холецистите.

428 Лист вахты трехлистной - 20,0; корень горечавки желтой - 20,0; корень одуванчика лекарственного - 30,0; лист мяты перечной - 30,0.
Приготовление: см. 100. Принимать по 1/3-1/2 стакана отвара три раза в день за 30 мин. до еды при холецистопатиях.

429 Корень цикория обыкновенного - 20,0; трава чистотела большого - 20,0; лист ореха грецкого - 20,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 30 мин., остудить и процедить. Принимать по стакану три раза в день.

ХРОНИЧЕСКАЯ СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

430 **Трава горицвета весеннего - 25,0; корневище валерианы лекарственной - 25,0.**
Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. и процедить. Принимать в течение дня в три-пять приемов.

431 **Цветки боярышника кроваво-красного - 50,0; трава горицвета весеннего - 30,0; трава хвоща полевого - 20,0.**
Две чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин., процедить. Принимать в течение дня в три-пять приемов.

432 **Корневище валерианы лекарственной - 40,0; листья мяты перечной - 30,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; цветки ландыша майского - 10,0.**
Принимать как сбор 430.

433 **Корни родиолы розовой - 20,0; корни заманихи высокой - 20,0; плоды шиповника коричного - 20,0; трава крапивы двудомной - 15,0; плоды боярышника кроваво-красного - 15,0; трава зверобоя продырявленного - 10,0.**
Готовить как сбор 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана два-три раза в день в качестве тонизирующего и повышающего иммунорезистентность средства.

434 **Цветки ландыша майского - 10.0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; листья мяты перечной - 30,0; корневища валерианы лекарственной - 40,0.**
Готовить как сбор 037. Принимать по 1/3-1/4 стакана три раза в день при миокардите.

435 **Цветки календулы лекарственной - 1ч.;корневище с корнями валерианы лекарственной - 1ч.; трава пятилопастного пустырника - 1ч.; кукурузные рыльца - 2ч.; мочегонный чай- 1ч.**

Две-три десертные ложки смеси залить на ночь в термосе двумя стаканами кипятка, процедить. Принимать по 1/2 стакана четыре-пять раз в день с медом при **увеличении печени и отеках ног.**

436 **Трава тысячелистника обыкновенного - 3ч.; лист мелиссы лекарственной - 1ч.; корневище с корнями валерианы - 1ч.**

Столовую ложку смеси залить стаканом холодной воды, настоять 3 часа. Затем прокипятить на водяной бане 15 мин. Процедить, выпить в несколько приемов за день при **нервном сердцебиении, сопровождаемом бессонницей.**

437 **Цветки боярышника кроваво-красного - 1ч.; листья мяты перечной - 3ч.; плоды фенхеля обыкновенного - 2ч.; корневища с корнями валерианы - 4ч.**

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка на ночь в термосе, процедить. Выпить в течение дня в три-пять приемов при **сердечной недостаточности.**

ЦИСТИТ

438 **Лист толокнянки обыкновенной - 20,0; лист березы бородавчатой - 20,0; корень солодки голой - 20,0; корневище пырея ползучего - 20,0;кукурузные столбики с рыльцами - 20,0.**

Столовую ложку смеси залить стаканом холодной воды, настоять 6 часов. Затем прокипятить 6-7 мин. Процедить. Выпить глотками в течение дня.

439 Лист шалфея лекарственного - 15,0; лист толокнянки обыкновенной - 15,0; корень вероники лекарственной - 15,0; трава хвоща полевого - 30,0.
Приготовление и применение: см. 438.

440 Семена петрушки посевной - 20,0;лист толокнянки обыкновенной - 30.0.
Столовую ложку смеси залить стаканом холодной воды, настоять 6 часов. Затем прокипятить 7-10 мин. Процедить. Выпить глотками в течение дня. Действует при щелочной реакции мочи.

441 Семена петрушки посевной - 10,0; корень любистка лекарственного - 10,0; лист березы бородавчатой - 25,0; плоды можжевельника обыкновенного - 25,0.
Приготовление и применение. см. 440.

442 Трава фиалки трехцветной - 35,0; корень любистка лекарственного - 35,0; плоды можжевельника обыкновенного - 35,0.
Столовую ложку смеси заварить как чай в стакане кипятка и процедить. Принимать по стакану в день.

443 Семена петрушки посевной - 20,0; трава хвоща полевого - 20,0;трава вереска обыкновенного - 20,0; шишки хмеля обыкновенного-10,0; корень любистка лекарственного - 10,0; створки плодов фасоли обыкновенной - 10,0.
Столовую ложку смеси заварить как чай в стакане кипятка и процедить. Выпить глотками в течение дня при ночном недержании мочи.

444 Лист брусники обыкновенной - 20,0; трава зверобоя продырявленного - 20,0; цветки бузины черной - 20,0;цветки ромашки аптечной - 20,0; почки тополя черного - 20,0.

Столовую ложку смеси залить тремя стаканами воды, прокипятить 30мин., процедить. Принимать по 100мл четыре-шесть раз в день 10-12 дней при остром цистите.

445 Кора барбариса обыкновенного - 30,0; почки тополя черного - 30,0; цветки пижмы обыкновенной - 30,0; лист брусники обыкновенной - 30.0.
Столовую ложку смеси настоять два-три часа в 1,5 стаканах кипятка, процедить. Принимать по 50-70 мл четыре-пять раз в день при хроническом цистите с кислой реакцией мочи.

446 Трава пастушьей сумки - 50,0.
Три чайных ложки травы настоять восемь часов в стакане холодной воды, процедить. Принимать по одной-две столовых ложки три-четыре раза в день при ночном недержании мочи.

ЭКЗЕМА

447 Корень цикория обыкновенного - 20,0; корень одуванчика лекарственного - 20,0; лист вахты трехлистной - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 20,0; кора крушины ольховидной - 20,0.
Приготовление: см. 100. Принимать по два-три стакана отвара в день.

448 Семена фенхеля обыкновенного - 10,0; корень одуванчика лекарственного - 10,0; корень цикория обыкновенного - 10,0; кора крушины ломкой - 20,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить 20-25 мин., настоять 10 мин. и процедить. Принимать по стакану три раза в день при экземе и лишаях.

449 Трава тимьяна ползучего - 15,0; цветки ромашки аптечной - 15,0;цветки лаванды настоящей - 10,0.
Три столовых ложки смеси залить двумя стаканами воды, прокипятить 15-20 мин., настоять 20 мин. и процедить. Теплый отвар использовать для примочек несколько раз в день при экземе,лишаях.

450 Трава вербены лекарственной - 5,0; трава хвоща полевого - 5,0; кора дуба обыкновенного - 5,0; цветки календулы лекарственной-10,0; корень лопуха войлочного - 10,0.
Всю смесь залить 1 л кипятка, прокипятить 5-7 мин., настоять 20 мин., процедить. Теплым отваром смачивать льняное полотно и накладывать на пораженные экземой участки кожи несколько раз в день.

451 Трава дымянки аптечной - 30,0;лист копытня европейского - 30,0; трава фиалки трехцветной - 15,0;трава золототысячника обыкновенного - 15,0.
Столовую ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить, настоять 15 мин., процедить. Выпить в три приема в течение дня при экземе, лишаях.

452 Трава фиалки трехцветной - 20,0; лист ореха грецкого - 20,0.
Две чайные ложки смеси залить двумя стаканами воды, прокипятить, процедить. Выпить в течении дня при экземе,лишаях.

453 Корни лопуха большого - 20,0; корни одуванчика лекарственного - 20,0.
20 г сбора залить стаканом кипятка, настоять 10 мин. и процедить. Принимать по 1/2 стакана три-четыре раза в день.

454 **Цветки ромашки аптечной - 20,0; трава тимьяна ползучего - 20,0.**
Три столовых ложки смеси залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 15-20 мин., настоять 20 мин. и процедить. Использовать для компрессов на пораженные участки кожи несколько раз в день.

455 **Кора крушины ольховидной - 20,0;плоды фенхеля обыкновенного - 15,0; корни одуванчика лекарственного - 15,0.**
Две столовых ложки смеси залить двумя стаканами кипятка, прокипятить 20-25 мин., настоять 10 мин. и процедить. Принимать по стакану два-три раза в день.

456 **Кора ивы (любой вид) - 100,0.**
Из молодой высушенной и измельченной коры сделать крепкий отвар и обмывать им места, пораженные экземой. Уже три-четыре процедуры дают заметное улучшение.

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

457 **Лист подорожника большого - 10,0; трава полыни горькой - 10,0; трава мяты перечной - 10,0; цветки ромашки аптечной - 10,0; цветки календулы лекарственной - 10,0; трава зверобоя продырявленного - 10,0; корневище аира болотного - 10,0; трава шалфея лекарственного - 10,0; корень одуванчика лекарственного - 10,0;корень аралии манчжурской - 10,0.**
Приготовление: см. 037. Принимать по 1/2-1/3 стакана настоя за 30 мин. до еды три раза в день **при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с пониженной желудочной секрецией.**

458 **Трава чистотела большого - 10,0; корень алтея лекарственного - 30,0; корень солодки голой - 30,0; корень окопника лекарственного - 30,0.**
Приготовление: см. 100. Принимать по 2/3-3/4 стакана отвара три раза в день до еды.

459 **Плоды фенхеля обыкновенного - 30,0; цветки ромашки аптечной - 30,0; цветки липы сердцевидной - 40,0.**
Приготовление: см. 037. Принимать по 1/2-2/3 стакана настоя два-три раза в день до еды.

460 **Корень солодки голой - 30,0; корень алтея лекарственного - 30,0;трава чистотела большого - 15,0.**
Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка и процедить. Принимать два-три раза в день.

461 **Корень солодки голой - 10,0; корень алтея лекарственного-10,0; цветки ромашки аптечной - 10,0;семена фенхеля обыкновенного-10,0; корневище пырея ползучего - 10,0.**
Две чайные ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 20-30 мин., настоять 20 мин. и процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

462 **Трава пастушьей сумки - 30,0; трава золототысячника малого - 30,0; кора крушины ломкой - 30,0; лист мелиссы лекарственной - 15,0; цветки ромашки аптечной - 15,0; цветки лаванды настоящей - 15,0; корень одуванчика лекарственного - 15,0.**
Столовую ложку смеси варить в стакане воды 5-7 мин., процедить. Принимать по стакану два-три раза в день.

463 **Цветки ромашки аптечной - 15,0; корни солодки голой - 15,0; корни алтея лекарственного - 15,0;плоды фенхеля обыкновенного-15,0.**

Две чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, прокипятить 20-30 мин., настоять 20 мин. и процедить. Принимать по стакану перед сном.

464 **Лист кипрея узколистного - 20,0; цветки липы мелколистной - 20,0; плоды фенхеля обыкновенного - 10,0;цветки ромашки аптечной-10,0.**

Две чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин. и процедить. Принимать по стакану два-три раза в день.

465 **Сок клубней картофеля - 500,0.**

Клубни картофеля дважды пропустить через мясорубку или натереть на терке, мезгу выжать через марлю. Сок хранить в холодильнике. Принимать по 1/2-1/3 стакана перед едой утром и в обед. Курс лечения две-три недели.

При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки рекомендуется в течение двух-трех недель при **изжоге** принимать на кончике ножа три-четыре раза в день порошок корневища аира болотного.

Препараты алоэ принимают как **общеукрепляющее, слабительное и улучшающее аппетит и пищеварение** средство.

При болях в желудке, отрыжке и густо обложенном белым налетом языке рекомендуется провести курс лечения настоем из листьев будры плющевидной (столовую ложку травы заварить в термосе стаканом кипятка - суточная доза).

Хорошим **болеутоляющим и обволакивающим** средством является семя льна обыкновенного (две

столовых ложки заварить в термосе 0,5 л кипятка). Принимать настой по 1/2 стакана три-четыре раза в день до еды.

Наименование заболевания	Аир болотный	Багульник болотный	Барбарис обыкновенный	Береза белая	Бессмертник песчаный	Боярышник кроваво-кр.	Брусника обыкновенная	Бузина черная	Вероника лекарственная	Василек синий	Дуб обыкновенный	Душица обыкновенная	Жостер слабительный	Зверобой продырявлен.	Земляника обыкновен.	Календула лекарственная	Калина обыкновенная	Крапива двудомная	Кукурузные рыльца	Липа сердцевидная	Малина обыкновенная	Мать-и-мачеха обыкн.	Мелисса лекарственная	Можжевельник обыкн.	Одуванчик лекарствен.	Пастушья сумка	Петрушка огородная	Подорожник большой	Ромашка аптечная	Рябина обыкновенная	Рябина черноплодная	Смородина черная	Спорыш	Створки фасоли обыкн.	Толокнянка обыкновен.	Тысячелистник обыкн.	Тимьян ползуч.(чабрец)	Череда трехраздельная	Черника обыкновенная	Чистотел обыкновенный	Фиалка трехцветная	Хвощ полевой	Шалфей лекарственный	Шиповник коричный
Абсцессы	+							+	+	+	+		+			+		+				+						+	+									+			+	+		+
Аллергия		+		+												+																+						+				+		
Ангина	+	+						+			+	+		+		+		+		+		+							+														+	+
Анемия															+										+					+		+												+
Анорексия	+							+										+		+				+	+											+								
Аритмия						+																										+	+									+		
Артрит	+	+		+				+						+				+		+		+		+	+		+					+			+			+	+		+	+	+	
Астма бронх.		+																				+															+	+			+			
Атеросклероз				+	+	+	+					+		+	+	+		+			+																					+	+	+
Бессонница			+			+	+					+		+	+								+						+								+							
Бронхиты		+		+				+				+		+			+				+	+						+	+								+							
Бородавки																									X											X		X		X				
Варикозное расширение вен											X			X		X													X							X					X	X		
Веснушки																X											X					X												
Гастрит с пониженной секрецией	+											+		+	+				+							+		+	+															
Гастрит с норм.и повыш.секрецией	+													+		+				+								+	+							+		+						
Гельминтозы					+																								+															
Геморрой											X														+			+								+						X	X	
Гипертоническая болезнь						+				+					+											+				+												+		+
Гипотоническая болезнь	+								+			+		+	+									+				+								+								+
Гломерулонефрит, пиелонефрит								+				+		+	+	+		+	+	+		+	+			+		+	+			+			+	+		+	+		+	+		
Головные боли																							+																					
Дерматиты					+				+		+			X														+														+		
Диабет сахарный								+						+	+				+					+				+				+	+	+	+				+					+
Диарея(поносы)	+				+						+															+		+	+				+			+			+			+	+	
Желчнокаменная болезнь,хронич. панкреатит			+		+									+									+		+				+				+			+	+							
Желчегонные смеси					+														+				+		+															+				

Растения, употребляемые для лечения заболеваний Продолжение табл. 2

Наименование заболевания	Аир болотный	Багульник болотный	Барбарис обыкновенный	Береза белая	Бессмертник песчаный	Боярышник кроваво-кр.	Брусника обыкновенная	Бузина черная	Вероника лекарственная	Василек синий	Дуб обыкновенный	Душица обыкновенная	Жостер слабительный	Зверобой продырявлен.	Земляника обыкновен.
Запоры и склонности к ним								+				+	+		
Катар верхних дыхательных путей								+				+		+	
Кашель		+													+
Климакс	+							+				+			
Кожные сыпи	X										X				
Колиты, энтероколиты					+							+		+	+
Мочегонные сборы				+			+	+		+		+			+
Нарушения менструального цикла				+										+	
Неврастения						+									
Облысение	X														
Обморожение															
Ожирение								X						X	
Ожоги									+		+				+
Пневмония		+										+		+	
Почечнокаменная болезнь	+		+		+		+	+				+	+	+	+
Псориаз	+					+	+							+	
Раны гнойные				X										+	+
Угри обыкновенные														+	+
Холангит, холецистит	+				+									+	
Хроническая сердечная недостаточн.						+	+							+	
Цистит			+				+	+	+					+	
Экземы											+				
Язвенная болезнь желудка и 12-ти перстн.кишки	+														

Наименование заболевания	Календула лекарственная	Калина обыкновенная	Крапива двудомная	Кукурузные рыльца	Липа сердцевидная	Малина обыкновенная	Мать-и-мачеха обыкн.	Мелисса лекарственная	Можжевельник обыкн.	Одуванчик лекарствен.	Пастушья сумка	Петрушка огородная	Подорожник большой	Ромашка аптечная	Рябина обыкновенная
Запоры и склонности к ним	+		+											+	
Катар верхних дыхательных путей	+				+	+	+						+	+	
Кашель							+	+					+	+	
Климакс	+								+					+	
Кожные сыпи	X									+				X	
Колиты, энтероколиты			+					+			+		+	+	
Мочегонные сборы	+		+		+	+	+	+	+	+		+		+	+
Нарушения менструального цикла			+			+	+		+			+			
Неврастения			+		+			+						+	
Облысение	X		X				X								
Обморожение														X	
Ожирение				X	X				X	X		X		X	
Ожоги															
Пневмония							+		+					+	
Почечнокаменная болезнь	+		+	+	+		+		+	+	+			+	
Псориаз				+											
Раны гнойные	+						X						X	+	
Угри обыкновенные			+		+			+						+	
Холангит, холецистит								+		+				+	
Хроническая сердечная недостаточн.	+		+	+	+	+									
Цистит				+					+		+	+		+	
Экземы	+									+				+	
Язвенная болезнь желудка и 12-ти перстн.кишки					+			+		+	+			+	

Наименование заболевания	Рябина черноплодная	Смородина черная	Спорыш	Створки фасоли обыкн.	Толокнянка обыкновен.	Тысячелистник обыкн.	Тимьян ползуч.(чабрец)	Череда трехраздельная	Черника обыкновенная	Чистотел обыкновенный	Фиалка трехцветная	Хвощ полевой	Шалфей лекарственный	Шиповник коричный
Запоры и склонности к ним														
Катар верхних дыхательных путей						+	+	+					+	
Кашель							+				+	+	+	
Климакс						+	+			+	+	+	+	
Кожные сыпи						X		X				X		X
Колиты, энтероколиты			+			+	+		+				+	
Мочегонные сборы		+	+	+	+		+	+				+		+
Нарушения менструального цикла						+								
Неврастения			+			+	+			+		+		
Облысение							X						X	
Обморожение														
Ожирение						X								
Ожоги														
Пневмония							+				+		+	
Почечнокаменная болезнь		+	+	+	+	+	+		+	+	+	+		+
Псориаз								+		+		+		
Раны гнойные						+		+	X	X	+	+	+	
Угри обыкновенные		+				+		+			+	X	+	
Холангит, холецистит			+			+				+				
Хроническая сердечная недостаточн.												+		+
Цистит				+	+						+	+	+	
Экземы							+				+	+		
Язвенная болезнь желудка и 12-ти перстн.кишки										+				

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Акопов И.Э.** Важнейшие отечественные лекарственные растения и их применение. - Томск: Медицина, 1986. - 576 с.

2. **Бендер К.И., Гоменюк Г.А., Фрейдман Ф.Л.** Указатель по применению лекарственных растений в научной и народной медицине. - Саратов: Изд-во Сарат.гос.ун-та, 1988. - 122 с.

3. **Балабай И.В., Нистрян А.К.** Растения, которые нас лечат. - Кишинев: Картя молдовеняскэ, 1988. - 352 с.

4. **Городинская В.С.** Тайна целебных трав. - Л.: Сов. Россия, 1989. - 256 с.

5. **Крылов Г.В.,Козакова Н.Ф.,Лагерь А.А.** Растения здоровья. - Новосибирск: Кн. изд-во, 1989. - 304 с.

6. **Кузнецова М.А.** Лекарственное растительное сырье и препараты. - 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Высш.шк., 1987. - 192 с.

7. **Ладыгина Е.А.,Морозова Р.С.** Фитотерапия.- Л.: Медицина, Ленингр. отд-ние, 1987. - 208 с.

8. **Липкан Г.Н.** Применение плодово-ягодных растений в медицине. - К.: Здоров'я, 1988. - 152 с.

9. Лікарські рослини (енцикл. довідник)/ За ред.акад. АН УРСР А.М.Гродзінського. - Київ: Головна ред. Укр. рад. енцикл. Ім М.П.Бажана, 1989. - 544 с.

10. **Мамчур Ф.І.** Довідник з фітотерапії.- К.: Здоров'я, 1984. - 264 с.

11. **Носаль М.А., Носаль И.М.** Лекарственные растения и способы их применения. - К.:Госмедиздат УССР, 1960. - 256 с.

12. **Пашинский В.Г.** Лечение травами. - Новосибирск: Наука. Сиб. отд-ние, 1989. - 145 с.

13. **Соколов С.Я., Замотаев И.П.** Справочник

по лекарственным растениям (фитотерапия). - 2-е изд. стер. - М.: Недра, 1987. - 512 с.

14. Справочник по заготовкам лекарственных растений / Д.С.Ивашин, З.П.Катина, И.З.Рыбачук и др. - 5-е изд., испр. и доп. - К.: Урожай, 1986. - 280 с.

15. **Шпиленя С.Е., Иванов С.И.** Азбука природы (лекарственные растения). - М.: Знание, 1989. 224 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Научно-популярное издание

ФИТОТЕРАПИЯ В ВАШЕМ ДОМЕ

Лечение лекарственными растениями

Составители: доктор фарм. наук *В.Н.Ковалев*,
доктор фарм. наук *А.Г.Сербин*

Ответственный за выпуск *Я.И.Бойко*,
Г.Т.Балахадзе

Редактор *И.А.Осиновская*
Художник *Е.А.Назаренко*
Технический редактор *В.Я.Козинченко*
Корректор *С.В.Власенко*

Подп. в печать 04.12.1990 г. Формат 42х60 1/16
Бумага офсетная. Усл. печ. л. 7,5. Зак. N 902
Тираж 100000 экз. Цена ~~5р. 00 к.~~ 6 =

ХНМО. 310024, Харьков, ул. Ольминского, 11

валев,
обин

дзе

о

30 1/16
02

го, 11


РОМАШКА
лекарственная